Koala's Notes

全新修订版

考拉小巫的英语学习日记



写给为梦想而
奋斗的人

考拉小巫 著



考拉小巫历时四年倾心修订，新增三万字英语学习看家干货

VISIT...

LANZAROTE Caliente.COM

Koala's Notes

全新修订版

考拉小巫的英语学习日记



写给为梦想而
奋斗的人

著 考拉小巫



考拉小巫历时四年倾心修订，新增三万字英语学习看家干货

版权信息

书名：考拉小巫的英语学习日记：写给为梦想而奋斗的人

作者：考拉小巫

出版社：武汉出版社

出版日期：2016-11-1

ISBN：978-7-5582-0781-5

价格：36.80元

目录
CONTENTS

再版序 致朋友
序 生命不息 奋斗不止
第一部分 为雪“大伯之恨”而学英语
第二部分 代价
第三部分 顿悟
第四部分 我的奋斗
第一章 大一的觉醒与崛起
第一节 奋斗之路由此开始
第二节 第一个“第一名”
第三节 这样背单词最高效
第四节 “下笔有半神”“出口成半章”
第五节 “打击梦想之旅”
第六节 感恩2003
小贴士
单词记忆有诀窍
口语训练有技巧
第二章 大二的坚持与动摇
第一节 听力是这样练成的
第二节 失败 抉择 动摇 放弃
小贴士
关于练听力
关于学习材料的选择
第三章 大三的转折与决定
第一节 北大给予我的救赎
第二节 考研：要考就考最好的北外高翻我来了
第三节 “傻子哲学”
第四节 翻译：从“初级门徒”到“武林高手”的蜕变
第五节 心有多大，舞台就有多大
小贴士
关于翻译类书籍
关于“理性坚持”和“盲目固执”
关于“曲线救国”
第四章 大四的百味人生

第一节 保研变奏曲
第二节 北外高翻复试落马记
第三节 “范进中举”了
第四节 与伊甸园字幕组的亲密接触
第五节 天助自助者
第六节 “弑”专八及毕业感言
小贴士
关于“看电影，学英语”
第五部分 我的飞跃重洋记
第一章 高分完胜托福之全记录
第一节 追梦路上 没有逃兵
第二节 奋斗的足迹 奋斗的话
第三节 圆满的托福 圆满的2007
第二章 GRE 叫我如何说爱你
第一节 作文5.5之浓缩心得：“写”就一个字
第二节 十天挑战GRE单词
第三节 GRE笔试后的涅槃重生
小贴士
关于作文的行文套路
关于文章的阅读套路
关于“十天挑战GRE单词”
第三章 我的DIY美国名校之路
第一节 隔行如隔山 转专业的烦恼
第二节 选校的艺术
第三节 PS I Love You
第四节 等待是一种痛苦的煎熬
第五节 终于听到梦想成真的声音
小贴士
关于出国留学的申请流程
关于奖学金的申请
第六部分 人在美国
第一章 再谈“听说读写”
第一节 化零为整：如何利用碎片化时间学英语
第二节 听力拉锯战
第三节 提高口语从勇于张嘴开始
第四节 读与写的“孪生情谊”
第五节 英语这个东西
第二章 成长感悟
第一节 关于零基础学英语
第一步：制订合理的学习计划

第二步：打好坚实的学习基础
第三步：通过大量的阅读来培养英文思维和语感
第四步：语言只有得到使用，才是“活着的”语言
第二节 关于坚持
第三节 关于独立
第四节 关于目标
后记 在路上
再版后记 约定
附录 英语学习资料及资源推荐

谨以此书献给我伟大的

母亲纪念我过往的奋斗时

光并向我爱及爱我的人，道感谢

对于未来

我只梦想最好的情况

并订下最踏实的计划

而绝不花时间在无谓的担心上

因为我知道

只要把我对自己的承诺付诸实践

我的未来将不会只是一个梦

——考拉小巫

再版序 致朋友

说实话，我到现在都不太敢相信我自己写的书竟然真的出版了……

记得五年前刚刚拿到这本书的样书时，我当时的心情复杂极了，既因为这本署着自己名字的书正式成了出版物而兴奋不已，又因为担心它不会被他人认可而紧张焦虑。当时负责这本书的编辑对我说，这本书第一次印刷时，他们打算保守地印8000册。我听了之后吃惊极了，心想：这还叫保守？简直太大胆了吧！别说8000册了，我担心会不会连80册都卖不出去。毕竟，我只是一个普通人，茫茫书海中，谁会想看一个普通人一路磕磕绊绊走来的故事？

直到书籍开始预售，编辑兴奋地告诉我，预售的当天我的书就上了亚马逊新书排行榜的第一名，当天立马就加印了。在这之后，便是一轮又一轮的加印，以及一个又一个销售榜单的第一名。在那之后的很长一段时间里，几乎每个星期都会听到来自出版社的捷报。五年以来，这本书至今被加印过二十多次，销售了几十万册，获得过全国书刊行业年度畅销书奖，还被翻译成了外语销售他国……

我心想，这肯定不会是真的。

对，就是这种感觉——一种很强烈的不真实感。即便这本书已经出版了五年之久，可每当把它捧在手里的时候，想着它创造过的一个个小成绩，我依然还是会有一种不真实的感觉。很多次我翻开它，一边读着自己写的文字，一边在心里问自己，到底是什么吸引了几十万读者来读我这个普通人的故事呢？

起初，我找不到答案，直到我收到了成千上万封来自五湖四海的读者来信。这些信中无一例外地提到了几个相同的字眼——熟悉感，亲切感和代入感。原来，大家喜欢我的文字，正是因为

我这个普通人的身份，因为大家可以从我的故事中找到自己的影子，因为大家看到了我一路走来的脚印，便也开始相信自己其实也可以有机会去大胆地追求梦想。这，不就是我写书的初衷吗——希望通过分享自己的奋斗历程，从而去激励更多人走上追求他们自己梦想的奋斗旅程。

说实话，销量也好，名声也罢，很多表面上的东西最后都会随着时间渐渐淡去，而我与读者们之间的这段情谊却是持久的。很多读者是我现在叫得上名字来的，更多的是我还未曾有机会结识的，可不管是谁，我都因为曾经对他们的人生起了一点积极的影响而感到荣幸和感恩，感恩他们对我的信任，感恩他们让我的故事有机会走进他们的生活中。

五年后的今天，这本书得到了再版的机会，一个可以让我将自己的故事分享给更多人的机会，一个可以让我结识更多怀揣梦想的同路人的机会。为了这个机会，我准备了很久很久。

在过去的几年里，根据读者的建议和需求，我陆续对本书进行了修订和增添。本书的新版主要增添了以下内容：

1.深度分享了我个人最喜欢的六种最为高效的背单词大法；

2.我是如何利用碎片化时间学习英语的；

3.如何有效快速地阅读一篇英文文章；

4.如何在没有语言环境的情况下提高英语能力；

5.我是如何提高自己英语口语的语音语调的；

6.在无比枯燥和受挫的时候，我是如何把自学计划坚持到底的；

7.零基础的人想自学英语，该如何起步；

8.我是如何培养英文思维和语感的；

9.在学习过程中如何自我激励、克服恐惧心理；

10.五年前这本书在准备出版时，书中的一些内容在编辑的过程中，由于种种原因被删减掉了。在新版中，我有机会把当时原版里的文字增补回来，这些文字更加细腻深刻地剖析了我在蜕

变期的心理活动，并完整真实地还原了我的奋斗的全部历程。

这个再版序之所以被命名为“致朋友”，是因为我希望可以借此机会，向认识这本书的老朋友们道谢，谢谢你们这么多年以来的关注和支持，并向未来可能会读到它的新朋友们问好，祈愿你也可以从这本书中找到那个熟悉的自己，并有勇气去创造一个更勇敢的自己。

一起加油！

@考拉小巫
2016年6月
于美国密苏里州圣路易斯市家中

序 生命不息 奋斗不止

这是一本分享的书籍，也是一本见证自己成长的书籍。

在这本书里，我想分享我考过的所有英语考试的备考方案、计划安排、所用书籍及资料，想分享我学习英语的所有方法和途径，想分享我为了从根本上提高英语能力所做的一切失败和成功的尝试及努力。我更想分享的是我在堕落、彷徨、无助和动摇时的人生感悟，是我关于坚持、奋斗和梦想的碎碎念，以及一路走来所有的所学所得和所思所想。

关于英语学习方面，书中没有说教，没有“你应该”的字眼，只有简单的分享。学习方法同看待事物的观点一样，是一件见仁见智的事情。如果你觉得我的学习方法适合你，那么我会非常开心它有益于你；如果你可以从中去粗取精并摸索出真正适合你自己的学习方法，那么这本书就真的起到了抛砖引玉的作用，并实现了它的价值。

我希望这可以是一本有营养的书，一本有思想的书，一本让你学会如何学英语的书，一本让你明白如何规划学习的书，一本让你产生共鸣的书，一本读起来很舒服的书，一本禁得起咀嚼和翻阅的书，一本能够在你脆弱无助时给予你力量的书，一本让你感觉心清意明的书，一本可以和你对话的书，一本可以让你有所思考的书，一本可以让你记得住的书，一本真正对你有用的书。

这本书得以问世，首先要感谢给予我生命、爱和支持的妈妈爸爸。

感谢给予我无条件的爱、呵护、包容、信任、支持、鼓励和理解的老公Josh。

感谢给予我教育、知识和方向的老师们。

感谢与我一路并肩奋斗的胖咸鱼，你真的不知道你有多强

大！

感谢出版社参与此书制作的所有工作人员们，辛苦你们了！

感谢在创作此书的过程中给予我无私帮助的好朋友们。

感谢考拉家族和考拉早起队的所有成员们，希望我们永远这样互相注目着一同走下去。

感谢所有“考拉小巫居”的读者们，你们对我的支持和鼓励是我完成此书的最大动力。

感谢所有与我一同成长、一同进步、一同为奋斗梦想的人。

生命不息，奋斗不止。

是为序。

@考拉小巫
2011年3月
于美国密苏里州圣路易斯市家中

第一部分 为雪“大伯之恨”而学英语

——小学时光（1991年9月—1996年7月）

其实，

没有哪一条路是容易的，

无论你选择走哪一条路，

都会遇到那条路独有的痛苦和艰辛。如果一直因为困难就逃避，

那么，

恐怕只能一辈子逃避下去，

最后落得个一事无成。

妈妈爸爸给我起的小名叫艳艳，“艳”字有“色彩鲜明”或“美丽”之意。父母给我起这个小名，也许是因为希望我可以从小就做一个漂亮文静的乖乖女吧。他们的愿望是美好的，但我却并不给力。小时候的我，留着齐眉短发，瘦干猴般的身材，十八岁前从没穿过裙子。那时，我的活动范围通常包括房上、树上和我家门口的大铁门上。如果你穿越回20世纪90年代初，偶然看到我的话，你的脑海里一定会闪现出三个关键词：“疯丫头”“假小子”“捣蛋鬼”。小时候，我有很多疯狂的梦想，包括专攻各种离奇案件的女警探、可以进行太空行走的女宇航员，以及行侠仗义劫富济贫的女侠客……那时候，我的梦想里从来就不包括“成为一名英语学习高手”。

准确地说，很小的时候，我压根儿就不知道英语这个东西的存在。我读小学时，人民群众的生活还很闭塞，没电脑，没网络，甚至连个像样的手机都没有。我的思想在那个时候也幼稚得很，总以为汉语就是唯一的语言，以为中国就是全世界。记得小学一年级的某一天，我放学回家看电视，当时电视上正在播放一则肥皂广告，广告里有一位西方美女，金发碧眼，身材高挑。我看了她一眼，心里直纳闷：“咦，这人长得和普通人不一样啊！”美女在浴缸里一边沐浴一边和手中的肥皂互动，结

尾时对肥皂温柔地说了一句“I love you”。我连忙问妈妈：“她刚才说啥？”妈妈说：“人家说的是英语。”我赶忙追问：“英语是啥语？”妈妈告诉我英语是西方国家的主流语言。我顿时就被震撼了：“哇，原来世界上还有另外一种语言，叫英语……”

这样的事情要是让上进心强的孩子们遇上，一定会觉得好奇无比，渴求知识的脑细胞蠢蠢欲动，很可能会就此点燃他们学习英语的热情。然而，小时候的我不但生性淘气，在学习方面也是不求上进，总希望能少学尽量少学，能不学尽量不学。类似“另外一门语言”这样听起来如此高深的课题，我一般都是能不碰就不碰的。所以，还没听完妈妈关于英语的科普讲话，我就已经迫不及待地跑出家门，带领院子里的小朋友们去“探险”了。

我小时候上的是实验小学，它实行的实验制教学主要有二：一是将九年义务教育制分为小学五年和初中四年，有别于普通教育制的小学六年和初中三年；二是从小学三年级便开始在学校里开设英语课。这样的教育制度在我们那个地区当时还属首例，人们都觉得这是一件很新鲜的事情。但是，迷迷糊糊的我对什么实验啊教育啊，完全没有兴趣。我只知道，三年级一开学，课程表上多了一门新课：英语。从那时起，我长达十五年的学英语的历程，就这

样开始了。

正式开始上英语课的时候，我对当初那则肥皂广告的记忆早就灰飞烟灭了。眼巴巴地盯着英语书看，里面布满了长得像毛毛虫的各种单词，没有一个是我认识的。老师每天特别认真地教我们如何用英语念阿拉伯数字、打招呼和问路，可即便如此，每堂课我都会走神，不过这种走神是和英语有关系的。我花了很长的时间考虑两个问题：一是作为土生土长的中国人，我既不打算去英国，又不和英国人说话（那时我还以为只有英国人才说英语），那我到底为什么非要学英语？二是在人类最最最最最远古的时候，历史上第一个中国译者到底是怎么知道英语的“apple”就对应着汉语的“苹果”的，难道是一个中国人和一个英国人专门找时间坐下来，两人各拿一个苹果，你写下“apple”，我写下“苹果”，你看我，我看你，咱俩写的是同一个物件，然后两苹果相碰，最终得出的结果吗？

然而，无论我课上如何走神、捣乱、睡觉、传纸条，英语课依然坚挺地存在着。英语课的存在，意味着我注定要饱受各种英语作业和考试的“摧残”。记得一次英语期末考试上，老师用英语念电话号码，让我们做听写。起初几串号码，我还能将就蒙个大概，吭哧吭哧地写，也不知道对不对。最后一串号码，老师提

升了“游戏”的难度。他没按一个数字一个数字那样念，而是念了一个“double five”。我在心里反复琢磨：“five是五，肯定没错，但前面那是啥词儿？听起来像‘大伯’，难道是……‘大伯五’？”



可想而知，那次考试考得很糟，给我幼小脆弱的心灵造成了重伤。我小时候很不淡定，禁不住表扬，更禁不住打击，属于稍一成功就不知天高地厚、稍一受挫就灰心丧气的类型。遭受“大伯五”的重创后，我暗自发誓：以后再也不碰英语了！

之后的几次考试，我的成绩直线下降。妈妈看我的英语成绩不但不进步，反而在退步，便毅然决然地在四年级寒假时给我报了英语补习班。那时，在我心里有一个永恒不变的“真理”：只有坏孩子才上补习班。所以，当妈妈要我去上补习班的时候，我觉得整个天都要塌了。可是，不管我怎么反抗，胳膊终究拗不过

大腿，我还是勉强答应了她，无奈地走上了补英语的道路。

当时补习班老师租用了某大学里的一个小教室，冬天冷风瑟瑟，天寒地冻，屋里没有暖气，老师只是搭了一个火炉为同学们取暖。我走进教室之后，赶忙躲到最后一排的角落里，用围巾捂住自己的脸，生怕大家看到我这个学习差的插班生。当时班里正在上课，我琢磨了半天才搞明白，原来当天的话题是学习如何用英语表达颜色。其中有一个练习，老师让我们轮流说出自己身上穿的大衣都有什么颜色。我心想：“这下完蛋了，就我这单词量，连‘大伯’都不认识，哪认识什么颜色啊！”

我虽然不认识表达颜色的单词，但还好我懂得模仿。于是，每次轮到我时，前面的同学说什么，我就学着说什么。虽然发音不准，反应较慢，但至少蒙混过了几关。最后一轮时，前面的同学说了一个“black”，我也跟着说“布来客”。我话音刚落，全班一片死寂，老师走过来，温柔地看着我，又瞅了瞅我的大衣，问：“这位新同学，你确定你的大衣上有黑色吗？”汗，我哪知道“布来客”是黑色的意思啊！我低头一看，大衣上果然没有黑色，太倒霉了。第一节课结束之后，我很郁闷，心想：“这下可给大家留下了一个‘良好’的第一印象，同学们肯定在想——这新来的菜鸟，不但反应迟

钝，而且还是个色盲。”

补习班的这位女老师姓张，温柔端庄，热情大方。妈妈告诉我，刚三十出头的张老师在那个时候就已经去英国留过学了，专门学习英文情境教学法。学成归国后，她独自一人创办了这个补习班。张老师的教学法果然有她的独到之处，因为她从来不会逼着我们背单词、读课文。相反，她总是假设很多生活场景，让我们自己设计英语对话，把学过的单词和句子串进去，并通过表演的方式展现给其他同学看。我小时候虽然调皮捣蛋，但是记忆力非常好，学东西很快，这样有意思的教学方法立刻激发了我的兴趣，我在玩和演的过程中，自然而然地就将学过的东西全部记住了。果不其然，我的英语成绩在很短的时间内，就追上并超过了补习班的同学们。张老师对我大加赞扬，我越发感觉动力无限了。

凭借补习班学到的知识，我在学校里的英语成绩也稍微有所提高了。不知不觉地，我竟然慢慢爱上了英语。现在回想起来，当时的那种感觉也许并不是“爱”，而只是“自我感觉良好”罢了，因为那时努力学习的唯一目标，就是要一雪当年考试的“大伯之恨”。从小学三年级开始直到五年级毕业，这三年时光开启了我学习英语的道路，而补习班的张老师也就成为了我在学习英语道路上第一位改变我的老师。

小学毕业后的我，带着并不优秀的升学成绩、古灵精怪的顽皮性格，以及张老师为我起的英文名Joy，稀里糊涂地就坐进了初中的课堂上。迎接我的，是第二位改变我的老师，以及四年浑浑噩噩的初中生活。

第二部分 代价

——初中生活（1996年9月—2000年7月）

老天爷只给了人生两种味道，苦与甜。

如果你选择前半生吃苦，

那么就可以后半生享乐。

但如果你选择前半生享乐，

那么就只能做好后半辈子吃苦的准备了。

初中开学第一天，有小道消息称：初中的英语课会从ABC学起。得知此消息，我欣喜若狂，自己在心里打着小算盘：“我之前可是跟留学博士学过英语的。现在要重新开始、从零起步，简直太简单了，这岂不是说……我可以吃

老底啦？”想到这里，我按捺不住地嘴角上扬，脑海中开始勾勒多姿多彩的初中生活。我小时候就是这样，既聪明又机灵，但就是爱耍小脑筋，学点儿东西就炫耀，有点儿成绩就得瑟，囫囵吞枣，浅尝辄止。妈妈总是教导我：扎实做事，踏实做人。可是，有一些道理只有自己经历过沉重打击或重大失败后，才能切身体会到，光靠人在耳边说，是听不进心里去的。

初中第一节英语课开课时，教室门口大步走进来一位女老师。她三十出头，精干短发，职业正装着身，妆容得体，气质不凡，给人非常干练的感觉。她手中没拿任何讲课稿，站定讲台后直接开始讲话。她先用中文讲了一遍英语的重要性，例如，它是全世界最流行的语言，是联合国官方语言之一，只有学好英语才能跟全世界沟通，等等。她声音洪亮，语速得当，连续说了二十多分钟竟然没有一个打磕之处。我很认真地听着，纳闷自己竟然没有因为这个话题的严肃性而睡着。

过了一会儿，她话音尽了，但简短的停顿后，竟然又从嘴里蹦出了连串流利的英语。当时我虽然听不懂她的意思，但她发音的悦耳感很明显，我甚至感觉自己是在享受她的课。整整四十五分钟，全班那么多双小眼睛都聚集在她一个人身上，没有交头接耳，没有哈气连天。等到她的演讲全部结束时，下课铃竟不约

而同地响了。全班同学先是左右惊叹，随后为之起身鼓掌。她淡淡地笑了笑，潇洒地走出了教室，不多说一句话。我小时候一直都很喜欢做事干练洒脱的人，比如女特工女警察之类的。见到这位老师后，我才第一次知道，原来女英语老师也可以这么酷！从此，我便深深地迷上了她。

这就是第二位在英语学习道路上改变我的老师，吴老师。吴老师不但教书有道，性格也非常果敢干练。最让人难忘的是她随时挂在嘴边的“fifty times”——那时每天必做的作业就是背单词，如果一个单词记错了，她就会利索地跟你说：“fifty times（把这个单词抄写五十遍）。”我是一个急性子，小时候做事非常毛躁，虽说单词都能背会，但每次考单词时总会出现拼写错误，要么缺个字母，要么多个字母，以致我当时没少受这个“fifty times”的罪。四年初中下来，抄写单词的本子摞起来足足有几十本书那么厚。但付出就有回报，这是真理。通过反复抄写单词，我慢慢地磨炼了自己的耐性，加之吴老师在音标和发音方面很有自己的教学技巧，我自上高中以后，就再也没有因为单词拼写错误而丢过分了。

初二时，市面上开始流行牛津大学出版社出版的“书虫”系列丛书。妈妈为了进一步提高我对英语学习的兴趣、拓展我的阅读面，便从

书店为我买了一本回来。还记得第一本是《简•爱》，墨绿色的磨砂封面，看着养眼，摸着舒服，薄薄的一本，每章每节并不是很长，而且还是中英双语的，读不懂英文的话可以查看对应的中文段落。拿到书的当天，我把自己关在卧室里，用一下午和一晚上的时间把整本书一口气读完了。一读不可收拾，第二天我就缠着妈妈去书店把整套“书虫”搬回了家。平日里只要一写完作业，我就开始疯狂阅读。久而久之，竟然读出了对英语的感觉，也就是传说中的“语感”。

语感，简而言之，就是在学习语言的过程中产生的对这门语言的敏锐的领悟能力。通俗地解释，就是学会了如何“跟着感觉走”。就好比我们读中文，即便你不懂什么是定状补从句，但一个句子到底通不通、顺不顺，读几遍就能感觉出来。语法有错误的句子，怎么读怎么觉着别扭；语法没问题的句子，怎么读怎么觉着顺畅。因此，语感，恐怕就是当时我读“书虫”时最大的收获。也正因为如此，虽然当时我的语法学得并不好，但那时做语法题却很少会出错。

初中时我结识了一个好友，我俩最大的兴趣就是唱英语歌。为此，我们专门去书店买了一套迪士尼动画片主题曲磁带，浅黄色封面，配有英文歌词，一套共四盘磁带。起初，我还

像模像样地认真查每句歌词的意思，但后来就直接照猫画虎，模仿人家的发音，只顾着把歌唱出来，根本顾不得歌词的意思。那时没电脑，没MP3，连随身听都还没有，只能把磁带放在录音机里一遍一遍听，一句一句学，一点一点模仿。我小时候的模仿能力很强，对人家每个单词的发音都琢磨得很认真，连人家唱歌时语调的抑扬顿挫都要学起来。后来，我俨然变成了一台点唱机，整整四盘磁带里的所有英文儿童歌曲，我可以做到前一秒看到歌名，后一秒就开唱，唱得貌似还有模有样。

终于有一天，我在班上朗读英语课文时，吴老师突然表扬我发音标准，读得很有味道，我简直高兴坏了！每次受到哪怕一丁点儿的表扬，我都会把它放大十倍百倍，用在未来的学习中去。听到老师这么说，我也没有考虑她是真觉得我进步了，还是只是老师常用来鼓励学生的“善意的谎言”。反正，我是信了，而且我断定是模仿学唱英文歌曲起了一定的作用。于是，就这样机缘巧合地，我竟然发现：通过重复和模仿是可以改善自己英文发音的。自从那次被表扬后，我在英语课上更敢于积极发言了。老师越表扬我，我就越认真地学英语，成绩就越来越好，后来还因为参加奥林匹克英语竞赛而获了奖。

英语单方面的胜利，使我在初中前两年的

时间里快乐似神仙。老师总表扬我，同学们也总来向我请教英语学习方面的问题，当时我觉得自己简直像是生活在鲜花与掌声里似的。就像之前提到的，我小时候是一个稍微有点儿小成绩就不知天高地厚的人。因此，那个时候只要完成了课业任务，我就会立刻跑到操场去踢毽子、翻杠子和打羽毛球，根本没有什么预习和温习之说。即便如此，优异的英语成绩、中上等的语文成绩、偏中等的数学成绩（那时数学课的难度还在我可以忍受的范围之内），让我的排名在初二下半学期前安全地徘徊在班级前十名内。当时我自以为是地认为：初中其实也就这么回事吧。

真正的悲剧是从初二下半学期开始的。那时学校陆续开设了物理、化学和生物课，数学课的难度也变得越来越变态。不知道为什么，从物化生开课的第一天起，我就对它们非常没有好感。我觉得可能是因为我身体里天生没有理科细胞吧。我总是搞不懂，我长大又不当科学家，为什么还要学习对我来说如此抽象的东西。因为我对它们毫无兴趣，自然就没有下过任何功夫。物化生开课以来的第一次考试，基本可以用“全军覆没”来形容我的成绩。从此，我就给自己贴上了一个标签——“理科白痴”。如果说我放弃物化生数的理由是因为觉得它们太抽象的话，那么后来我放弃政史地三门课的

原因，就是因为我觉得它们太无聊。这下可好，总共九门功课，我放弃掉了七门，只剩下英语和语文。初中剩下的时光，我到底该怎么过？

“怎么过？得过且过呗！”这就是初中时我给自己的答案。叛逆和不安分的性格让我不但没有危机感，反而彻底放任自流。自从考试全军覆没后，我开始上课睡觉，下课疯玩，作业抄别人的，连考试也不复习了。模糊地记得，之后的几次考试里，我的班级排名渐渐地落到了第16名、21名、28名，最差一次貌似是第36名。没人再来向我请教学习问题，没有老师再表扬我。相反，老师们都向我投来了失望的目光。妈妈见到这个局面，彻底急了，火速给我报了物化生三个补习班和数学补习班。巩固英语的工作亦不敢落下，所以又给我加报了英语补习班。升至初四，中考在即，各方面的压力如洪水猛兽一般，压得我无法呼吸。我跟妈妈抱怨说，不要再逼我学习了，我压根儿就不是学习的料，这么多门功课，我怎么可能应付得来？

后来，我的确没能应付得来。中考成绩公布以后，我哭成了泪人。我的所有初中好友全都考上了本市的重点高中。而我呢？我的中考成绩不但差牛校分数线十万八千里，连自己填报的保底学校分数线都不够。初中毕业那个暑

假，永生难忘。我每天躲在家里担惊受怕，害怕接到亲戚朋友的电话，害怕听到他们询问：“艳艳中考考得怎么样啊？考上重点了吗？”我心里很难过，不想见人，连着很多天都没有迈出家门一步。妈妈担心我太郁闷，就带我到街上散步。我拽着妈妈的袖子，哭着问她，我是不是没有学上了……

那年，我十五岁。人生中有史以来第一次，我为自己的不求上进，付出了惨重的代价。

我的初中生活就这样无声地结束了。从英语方面来说，我收获到的是一股学习英语的兴趣和热情。更重要的，是从吴老师那里学到的扎实的基本功，例如，英语音标、发音、基础单词。都说万丈高楼平地起，打好扎实的基础永远都是学好一门知识最重要的一步。为此，我永远感恩吴老师。初中时由于年纪尚小，无论从心智上还是能力上都无法形成属于自己的学习体系。更何况，那时候80%的精力都集中在玩上。因此，在英语基础能力发生了质的飞跃后，就再也没有什么重大进步了。

初中生活的另一个收获，就是切身体会到了“付出终有回报”这个道理，这是我得到的血淋淋的教训。不，我没流血，只是流了泪而已，那么，就称它为“泪淋淋的教训”吧。其实

真的是这个道理：付出就会有回报，不付出自然就没回报。如果觉得似乎已经付出了，但却依然没有得到回报的话，那恐怕是因为付出得不够久，或是这种所谓的“付出”中，含“金”量太低吧。初中时，我在英语方面下了些功夫，所以就有好成绩，但因为含“金”量并不高，所以称不上是“卓越”的成绩。而我在其他功课方面根本没下功夫，自然就没有好成绩，后来中考也仅以完败收场。

要说从这次失败中吸取了什么教训，那就是：你要贪玩儿，可以，但是要记住，贪玩儿是要付出代价的。你想要得到一样东西，就必然得放弃另外一样东西。老天爷是公平的，他不可能让你什么都得到。当你贪玩儿的时候，别人都在奋斗，所谓逆水行舟，不进则退。老天爷只给了人生两种味道，苦与甜。如果你选择前半生吃苦，那么就可以后半生享乐。但如果你选择前半生享乐，

那么就只能做好后半辈子吃苦的准备了。

如果我能早一点明白这些道理，如果我真的能把中考的教训放在心上，如果我小时候性格里多一份踏实，少一份浮躁，那么也许后来在读高中的时候，就不会输得那么惨了……

后来妈妈辗转几所学校，终于在高中开学

前，为我报上了一所私立高中。2000年9月，当好友都背着新书包，以新学期新气象的精神劲儿迈入市重点高中大门的时候，我只能灰溜溜地跟着爸爸，去城南边的私立学校报到。之后的一段时间，初中的同学好友们都不知道我去了哪里。那所私立学校当时刚刚建成，不被人知晓。我们报到的时候，学校的宿舍都还没有装修好，校门口的土路在下过雨后，泥泞不堪、无处落脚，那里后来被爸爸戏称为“南泥湾”。

我的高中生活，就这样郁闷地开始了。

第三部分 顿悟

——高中记忆（2000年9月—2003年7月）

我突然明白过来，

当人生发展到某个阶段的时候，

我已经不能再依靠别人了，

也不可能再让别人来为我所做的事情承担责任。我应该学会，

而且必须学会如何去承担应该承担的责任，

而不是一味逃避。

高中时，我很为自己没有辍学而觉得感恩。即便没能像好朋友们那样去到重点高中，

我也依然因为可以重返校园而欢天喜地了很久。高中开学前，我信誓旦旦地向妈妈爸爸承诺说：“我一定会好好学习天天向上，给你们争一口馒头气。”小的时候，我很少会承诺些什么，即便是承诺，也是向父母承诺。那时总觉得学习是给父母学的：我学好了，他们脸上觉得光荣；我学不好，也只是丢了他们的脸而已。那个时候，我从来都没有意识到，其实从小到大，我做的每件事，走的每步路，无论是好是坏，都将会是自己人生里一个永远无法磨灭的烙印。

不管怎样，我有学上了！即便只是个“南泥湾”，我心里也还是美滋滋的。非常凑巧，当时的班主任是一位英语老师，我借着初中练就的英语功底，在前几周的英语测验中名列前茅。见状，我心里乐开了花，暗自在想：“原来高中的英语并不是很难啊，我根本不用怎么学，竟然也可以考得这么好！”可实际情况是，当时在那所私立学校里，身边同学的整体学习水平并不是非常高，而我却误以为考得好是因为自己拥有绝对实力……于是，英语单科排名靠前的假象导致我又一次放松了警惕。有了“进步”之后，我便把当初对父母许下的承诺抛到九霄云外去了。

学校当时实行的是封闭式教学，大多数学生都住校。我家住在市里，本可以选择不住

校，但妈妈为了培养我的生活自理能力，便给我报名了住校。所以，除了每周末回家拿取换洗的衣物外，我几乎全部时间都耗在学校里。由于这是我有生以来第一次离开家住，最初有一些不适应，很想家。可久而久之，竟然有一种脱离了“魔爪”的感觉：天高皇帝远，我在学校里做什么、学什么、学得怎么样，妈妈爸爸再也无从知晓了。每当他们询问我学习情况时，我也只是随便打个哈哈蒙混过去。其实，开学仅一个多月后，我就已经基本还原到颓废状态了。身边既没有名师鞭策鼓励我，又没有良友积极带动我，学习方面根本没有任何目标可言。于是，我要么终日和舍友在宿舍聊天打牌，要么独自在网吧打网游看韩剧。那时，我隔三岔五就会逃课，而在网吧包夜早已成了家常便饭。

时间不等人，这么一混，大半个学期就这样过去了。

一个冬日的晚上，爸爸来学校看我。当时我们正在上晚自习，他躲在教室后面，透过玻璃偷偷地观察我的学习情况。据老爸后来的描述，我当时正跟前后座位的同学聊得火热，又是说笑，又是传纸条，手舞足蹈。看到这个场景，老爸的心一下就寒了——原来女儿并没有像她说的那样每天晚上都在勤奋刻苦地上自习。爸爸连忙打电话给妈妈，向她说明情况。

妈妈一听，也急了。两人连夜在电话里商量对策，最后的商讨结果竟然是要给我转学！

“转学？”我一听这个字眼，立刻就怒了：“我好不容易才在这个新环境站稳脚跟，现在竟然要换地方？人家牛校的人，能瞧得起我这个私立学校的差生吗？我不转，坚决不转！宁做鸡头，不做凤尾！”爸爸为了进一步说服我，连夜带我到新学校去看。冬夜里寒风呼啸，我们站在新学校的操场上，他一直耐心相劝，我一直执拗抵抗。最后，又是胳膊拗不过大腿，我抵不过家长的绝对权力，勉强答应了转学，不得不于高一下半学期转到了新学校。

新学校是全市高中里唯一一所直属教育厅的学校，在全市高中里排名数一数二。妈妈告诫我说，踏进新学校的校门后，我必须彻底告别之前半年在私立学校的堕落生活，尽快重新回到一个高中生应有的学习正轨上来。开学的第一天，走进新教室，我惊讶地看到班上竟然有很多张熟悉的面孔，原来很多同学以前都是和我初中同校的。既然有熟悉面孔在身边，那么熟悉新环境就不成问题了。果然，几周过后，我这个“人来疯”又现了原形。之前中考落榜和转学风波给我留下的“伤痛”，竟然已经得到了百分之百的平复。

升至高二，要分文理班，我这个“理科白

痴”自然选择了文科班。当时，大概有两类人会选择文科班：一是那些真心喜欢文科，并在文科方面成绩较好的人；二就是差生。我很理智地将自己归为第二类。机缘巧合，文科班的班主任竟然又是一位英语老师，她的出现微微地唤醒了我沉睡许久的英语细胞。班主任管英语，我自然就不敢再像以前那样吊儿郎当。于是，我决定开始好好学习，重新把英语抓起来。

由于初中时发现读英文名著对阅读和语感有很大帮助，我便买来了很多西方文学名著的英文完整版，每天只要一做完作业，就坐在家里读名著。起初读起来很困难，觉得满篇都是生词，但还是硬着头皮把不会的单词一个一个查出来。后来字典翻烦了，缠着妈妈给我买文曲星。文曲星到手后，书读起来也快多了。读了好久，自我感觉非常良好，心里暗自企盼：“我终于坚持把这几本书都读完了，期中考试英语成绩应该会一鸣惊人吧？”

第一次考试成绩公布后，我跳过其他几门课的成绩，眼睛直向英语分数望过去。定睛一看，立刻绝望了：分数不但不如我预期得那么好，而且竟然比其他几个看起来不是刻苦学习型的同学还低！再一看排名，就更绝望了：不但总成绩没有排上名次，连英语单科的排名都非常靠后。

从那一刻起，我这只井底之蛙仿佛被搬上了地面，不但认清了自己英语水平真实的一面，还见识到了牛校学生让人无可企及的学习实力。初中时，我通过阅读名著很快取得了英语学习的进步，就自以为找到了学习英语的捷径，以为只要一直读下去，就可以保证考试考高分。谁知道，高中阶段的英语已经从难度、深度和广度等各个方面，大大地超过了初中阶段的英语。不仅我当时拥有的知识量早已无法满足高中英语的需求，连阅读名著这种单一的学习方法也已经无法确保让我在考试中获得高分了。

那时的我，心理承受能力几乎为零，受不得挫折，禁不住打击，在前进的道路上如果稍微碰到磕磕绊绊，第一个念头就是想要放弃。因此，第一次考试失败后，我不但没有想着该如何调整自己的学习方法，不但没有想着向好学生请教学习经验，反而打起了退堂鼓。我在心里一直愤懑地问自己："我这次付出了，但却没有得到任何回报。既然这样，我干吗还要付出？"

从那以后，我又一次产生了厌学情绪，而且一发不可收拾。课上，我要么说笑打闹，要么低头睡觉，总是想尽一切办法挨过一个又一个漫长的四十五分钟。课下，只要把家庭作业做完以后，其他书我是能不读就不读，练习册

能不做就不做。在学习方面，我当时给自己的格言是：坚决不下额外的功夫，誓死不花多余的心思。班主任的洞察力很好，她发觉我的学习状态不对，干脆把我的座位调到了全班第一排。她以为，只要把我放到老师的眼皮子底下，我也许就能收心了。可谁想，座位换到了第一排之后，我和我的高中好友小怡子成了同桌。借着同桌的机会，我俩的友情迅速发展，她的性格和我一样火爆，于是一出出闹剧轮番上演。

记忆中的高中岁月，度秒如年，高考无形的压力压得我几近窒息。永远做不完的习题册、模拟卷，以及越来越频繁的小考和大考，剥夺了我所有的空余时间。那时，我每天的心情完全由分数掌控：今天考好了，心情就阳光；明天考差了，心情就抑郁。我应对这巨大压力的唯一方法，就是逃避。记得我和小怡子频繁翘课偷跑去篮球场看帅气的男同学打球，记得我们在大活动时躺在学校草坪上边吃冰淇淋，边听班得瑞的天籁音乐，记得我们冬天翘课出去打雪仗一直到浑身上下都结冰，记得每次大活动结束时回到教室后，就会发现桌子上又出现了成堆的黄冈模拟题、湖北模拟题、北京四中模拟题，很多次我都偷偷地把它们拿到厕所，撕碎、冲掉……

2003年，高考临近的那个春天，“非典”爆

发，学校全面停课。得知此消息，我很开心，因为终于可以不用去学校了。可没想到这样一来竟然把自己孤立了起来，见不到同学朋友，每天躲在家里面对着读不懂解不出的模拟卷，心情郁闷到了极点。我每天按时模考，可竟然从未有一次达到目标模考分数。我哭着问妈妈，可不可以不参加高考。妈妈只是告诉我，尽力就好。高考前几天，我的头每分每秒都经历着针扎般的疼痛。妈妈跟我说："妈妈陪你出门散散步吧，你已经几天没出家门了，这样下去不行，会得抑郁症的……"

现在回想起来，觉得当时发生的一切都好夸张，什么泪水，什么头痛，什么抑郁症……但处在当下的我，又觉得那一切是那么真实地存在着。我每晚都做着同样的梦，梦到自己无论怎么挣扎也跨不过当下那个坎。

毫无悬念地，像以往的每次考试一样，高考时我落榜了。可幸运的是，由于2003年那一年的高考试题异常的难，很多考生都反映考得不理想，所以那一年全国各大高校的录取分数线都非常低，很多学校最后都降线录取以填补招生名额。因此，我成了幸运儿之一。毫不夸张地说，我最后是被本地大学扫尾录取的。后来一打听才知道，我的高考成绩排大学班上倒数第二名。

都说“金榜题名时”是人生一大喜事，终于有大学录取我，我应该开心地庆祝才对，可我却一点也高兴不起来。高考结束的那个暑假，仿佛三年前的历史重新上演：我之前那些考到重点高中的初中好友们，纷纷考上了北大、清华、复旦等名校；之后新认识的高中同学们，也纷纷考到了浙大、南大、厦大等学校；就算没有被第一志愿录取的同学们，也纷纷买了去往第二志愿高校的火车票。大家都在年满十八岁的那一年，整理行装，话别亲友，满怀憧憬地去外面的大城市追寻他们各自的梦想了。

而我呢？我只能连续第十八个年头，继续留在这座生活了一辈子的北方小城，过着没有目标、没有生气的生活。那个暑假，朋友们纷纷踏上了通往外面世界的路，我因为不愿看到，所以从未送行。直到后来，唯一一个我去火车站送别的人，只有小怡子。送别的当天，飘着绵绵细雨，她站在火车上向我挥手，我冲她使劲微笑，告诉她到了上海一定要好好照顾自己，勇敢地实现自己的梦想。载着她的火车渐行渐远，我独自一人站在雨里发呆：朋友们都走了，只有我还停留在原地。接下来的日子，我该怎么办？

……

时间不等人，还没等我做好准备，2003年9

月就来到了，又是爸爸带着我去新学校报到。我背着新书包，站在大学的校门口，迟迟不肯进去。校园里主楼上高高挂起的横幅上写着“欢迎2003级新生入校”。看着那红底白字，我心里有种说不出的困惑。我在心里问自己：“这，就是大学了吗？接下来，我该做什么？我到底为什么要上大学？大学是什么？大学这四年我到底该如何度过？这一切的选择到底对吗？人生又是什么？人生的意义何在？我这辈子到底要做什么？到底该做什么？和我的朋友们比起来，我之前为什么失败了？我到底错在哪里？只因我学习不够刻苦吗？如果是的话，人，又是为了什么而学习？为了什么而奋斗？为了什么而坚持？为了什么而活着？”



想着想着，我泪流满面，过往发生的一切犹如无声电影一样，一幕幕在我眼前重现。从小到大，我各种补课，各种转学，不但花去父母辛苦赚来的血汗钱，还耗尽了他们的时间和

精力。而我呢？我不但不懂得珍惜父母的良苦用心，还自作聪明，屡次食言，不求上进，自甘堕落……以前倒是快活了，但快活过后，却是这般结果。最让我心里感到难过和内疚的是，当一切已成定局的时候，妈妈爸爸竟然从没有对我说过哪怕一句责备埋怨的话……

我一直都觉得，高考不能也不应该彻底决定一个人的命运，但我百分之百认为高考可以从某种程度上影响一个人的思想。刚满十七八岁的年轻人，就要学着为自己做出人生中第一次重大的选择，并为这个选择承担责任。选专业，报学校，一个棋子变了，整盘棋就变了。对我来说，高考仿佛是一场精神上的洗礼，经历了它，我才开始懂得认真地反省自己，思考人生。

我突然明白过来，当人生发展到某个阶段的时候，我已经不能再依靠别人了，也不可能再让别人来为我所做的事情承担责任。我之前所说所做的，不是为家长而做，而是为了自己。当事情没有像自己心里所想的那样发展时，我也不可能再去责怪他人、埋怨环境，因为，一切的一切，都是我自己的选择，是我自己所犯的错。我应该学会，而且必须学会如何去承担应该承担的责任，而不是一味逃避。

我在想，同样是一个小学一个初中培养出

来的人，为什么大家高中毕业后走的路就那么不同呢？是因为我不如别人吗？不是。是因为我弱智低能智商为负吗？不是。是因为我们所处的环境不一样吗？也不是。既然都不是，那为什么别人能做到的事情，我就做不到？

我甘心吗？不甘心！

想到这里，我突然开窍了。要是问我这窍是怎么开的，我也说不出个所以然来。我只是感觉，自己因为自己所做的事摔了很多跟头后，突然打心底里明白了大人们口中所谓的“大道理”。后来妈妈说，我这叫“精神层面的顿悟”。叫它开窍也好，顿悟也罢，总之，那天站在大学校门口的时候，我竟然把一切都想通了。虽然当时依然无法给出以上关于人为什么要求学和奋斗等问题的详细答案，但我的心里却有一个极其清晰和响亮的声音告诉我：“我不能一辈子都这样下去！我必须做出改变！”

于是，2003年，我的奋斗，从此开始。

第四部分 我的奋斗

——大学岁月（2003年9月—2007年7月）

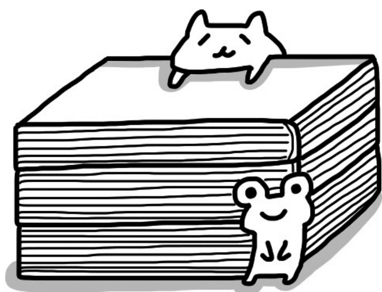
奋斗是为了让自己成长，

让自己变强大，

而不是为了去和他人做比较；奋斗的路途，

没有终点。

第一章 大一的觉醒与崛起



第一节 奋斗之路由此开始



大学里最值得感恩的事情有两件：拜有良师，结得益友。我一直都觉得，历经几次失败，老天爷依然没有放弃我，不但给我学上，还把良师益友带到我身边，这一定是我前世修来的福气。大学里结识的这位良师，就是在学习英语道路上改变我的第三位老师，郑老师。她不但在英语学习上帮助了我很多，更是彻底地改变了我的人生观。她在我心目中就像女神一样，散发着不可触碰但却仿佛真实存在的光辉。她给我的，不仅仅是学习上的东西，更多

的是精神上的东西，是她坚定的信念和她的一颗心，就是这颗心，支撑着我一直奋斗，一直奋斗。

认识郑老师之前，我听学校里大三大四的学长说：和高中生活比起来，大学生活其实非常爽，可以参加社团，加入学生组织当干部，还有很多文体娱乐活动。听罢，开学后没几天我便激动地拉着同学到各种社团的招新处报名：吉他社团、街舞社团、计算机社团……但报名社团的第二天，就认识了郑老师。

一直都清晰地记得，第一次上课时，郑老师带着微笑走进教室，她的笑容给人的感觉暖暖的，我仿佛看到了一束阳光在微笑。她一双美丽清澈的眼睛一眨一眨地，仿佛能看透人的心。老师不仅容颜美丽动人，教学功底扎实，性格还非常平易近人。第一节课上，她慷慨激昂地与大家分享自己的故事。她讲述了她的大学奋斗史，她在研究生时交换到北大的学习经历，之后又讲了她的出国梦。讲完奋斗史后，老师开始和我们分享她的个人感受。她说，人生是要奋斗的，顺境要奋斗，逆境更要如此。人生因奋斗才有意义，没有奋斗的人生就像行尸走肉一般。只有通过奋斗，你才能实现对未来的规划和理想。老师鼓励所有同学，不管身边的环境如何，一定要有勇气坚守住自己的梦想，因为只要肯下苦功，勇敢地坚持，每个人

都有成功的可能性。她当日的一席话，像一个大锣一样敲醒了我，那绝对是我这一生听到过的最给力的演讲！那一瞬间，我突然明白了：过去几年的生活让我觉得痛苦，是因为我从来没有奋斗过，每天只是得过且过，浑浑噩噩，没有目标，没有梦想。现在既然想要做出改变，就必须找到目标，然后马上开始奋斗！

　　下课后，老师走了，我赶忙像追星族一样追出去，请教她到底该怎么奋斗。老师看着我，笑了笑，让我从学好本专业知识开始做起。我又赶快接着问该如何学好英语，老师简单地告诉我：做该做的事，并坚持下去。老师走了之后，留下我一个人不知道该怎么办：我的热血在沸腾，但却没有一个明确的学习目标和方法，感觉浑身有力却使不出来，憋屈极了。即便如此，我已经明白了一点：其实大学生活并不爽，至少，如果你要是想让未来爽，那么大学生活就该是不爽的。于是，我果断地放弃了追求轻松大学生活的想法，退掉了所有之前刚刚加入的社团，下定决心从此走上“苦行僧”的奋斗之路。

第二节 第一个“第一名”



郑老师教导我们，无论做什么事都要懂得规划，因为有了规划才能有目标，有了目标做起事来才会有动力。于是，第一周的课结束以后，我决定给自己定一个短期目标。当时因为觉得学校课程的进度有些慢，我便给自己定了一个目标：花一个学期的时间把四册精读和泛读课本全部自学完。之后，我便每天晚自习以学五六课的速度，有节奏地进行着。

那个时候，每天晚上吃完饭，我都会拉着舍友去陪我上自习，后来舍友不愿意每天晚上都上自习，我便开始四处寻觅其他学友。找来找去也没有找到合适人选，于是自习的进度就慢了下来。在这个时候，我以前做事三天打鱼、两天晒网的本性又开始隐隐作祟了。起初是吃完晚饭后强迫自己单独去自习室学习，可学了不到一个小时，就忍不住开始玩手机了。第二天，本来打算去自习室，并下了一万个决心，但晚饭后却鬼使神差、毫不自觉地跑去图书馆看闲书。等到第三天，晚饭过后路过自习

室的楼时，犹豫来犹豫去，最后还是决定直接回宿舍歇着去了。第四天晚上当我再次经过自习室的时候，我甚至都没有多停留一秒钟。

说实话，那段时间我的内心里纠结极了。我眼睁睁地看着自己仿佛又要退回到高考前的堕落状态，心里充满了恐惧、焦虑、担忧、内疚、自责、无力等各种复杂的情绪。我想着郑老师的一席话，想着过往的种种失败，明明听到心中有一个声音在呐喊着：“是时候做出改变了，再这样下去历史就要重演了！”可是，每当我想象自己去学习、去奋斗的时候，却不知道为什么，心里总是有一种莫名的恐慌感和孤独感。这种感觉看不见摸不着，却真真实实地牵绊着我前进的脚步。

虽然看上去貌似是我的拖延症爆发了，但现在看来，当时的我一定是由于某种原因而感到害怕。当初我的确不知道我到底在害怕些什么，但是回头想来，我可能是在害怕未来的那种未知性，害怕未来可能会遭遇失败，害怕即便我使出浑身解数去努力也依然改变不了自己的命运和未来。毕竟，过去的我已经经历了种种失败，失败带来的自卑感早已深深地嵌入了我的心里。一连串的失败虽然激发了我对未来成功的渴望，郑老师的一席话更是唤醒了我沉睡已久的梦想，让我开始坚信“人生能有几回搏”的道理。但是，我既不是天才，又不出身名

校，仅凭自身的努力，我真的能改变自己的人生轨迹吗？我真的能做到吗？我真的能成功吗？

正当我苦于没有学友与我共同拼搏、自己的毅力不够强大、自我怀疑的捆绑让我失去了前进的动力时，一个宇宙超级霹雳无敌的重量级人物出现在了我的生命里。她就是我的那位益友，胖咸鱼同学。这个绰号，来自五月天的一首歌《咸鱼》，我俩共同携手走上奋斗之路后，这首歌无数次地激励了我们，所以我们戏称彼此为胖咸鱼和瘦咸鱼。

结识胖咸鱼是在大学的网球课上。第一节网球课，大家列好队后，她正好站在我前面。我看她很面熟，就问她是不是英语系的，她说是，后来我俩聊着聊着，才发现彼此是同班同学。我跟她吐槽，说每天晚上找不到一起上自习的伙伴，搞得自己都不敢去上自习了，因为不敢在很晚的时候独自一人走回宿舍（宿舍在校外）。她两眼放光，说她正好也在找学友。于是，我俩一拍即合，她从此便成了我奋斗路上的好伙伴，直到现在已有十三年之久。

胖咸鱼在我人生里的重要程度，无法用语言来形容。我们是彼此最大的盟友和最好的知己。我们在对方骄傲的时候会去打击对方，在对方萎靡的时候会互相鼓励。在很多次我失去

自信心，十分想要放弃的时候，她都会给予我勇气和毅力。她一直告诉我，我们都是平凡的人，是“咸鱼”，但是我们是有梦想的“咸鱼”。作为正在为梦想奋斗的人，最重要的是要有勇气，要有气魄，要有担当。事情不是用嘴说说就可以了结了的，必须要亲自去做，而且必须要从头做起。

结识了胖咸鱼之后，我们便开始每天晚上一起上自习，我也重新拾起了自己的自学计划。我的自学目标很简单，就是把大学四年所有的精读和泛读课本用一个学期的时间自学完。当时自己还没有一套完善的自学体系，所以起初并不知道该学点什么，只是把每篇课文都认真地读一遍，弄懂意思，做完题目，仅此而已。那大概是我有史以来第一次认真地学习。从小到大，我竟然第一次把学校的课本一字不落地读完了。

在这个过程中，我总能感觉到之前的那个“堕落的我”的影子会时不时浮现出来，去扰乱我的心境，打乱我前进的步伐。每当这个时候，胖咸鱼就会督促我按时上自习，还会查看我的计划表的完成情况。每次发现有计划未完成时，她就会监督我把落下的部分尽快补起来。而每当胖咸鱼出现同样松散的征兆时，我也会提醒她不能掉队，要两个人共同前进。

最有趣的是，每当一个人感到无比自卑、信心为零的时候，另一个人就会对对方大加赞扬：“别搞笑了，你要是做不到，那全世界的人都做不到了！你一定能行！你只要稍微一学，绝对能把它瞬间秒杀，连渣都不剩！我对你超级有信心，从来没怀疑过！”我们俩曾经幽默地总结过，说我们两个人的友谊就是建立在对彼此的盲目崇拜和互相吹捧的基础上的。笑话归笑话，在奋斗初期两人都极其没有自信的那段岁月里，如果没有彼此给对方的不断加油打气，恐怕我们谁都无法走到今天。

由于对彼此严格的监督，我们的自学计划就那么有声有色地进行着，从来没有落过一晚。每天晚上自学完后，心里都会觉得非常充实，那种充实感是以前从来没有体会过的。每当把计划本上的一项项任务划掉之后，心里就会感到无比的满足和踏实。

奋斗时，时间总是匆匆。刚开学没多久，我们便迎来了大学里的第一次期中考试。因为我已经把课本自学了一遍，上课又听老师讲了一遍，而且本身英语功底也还算扎实，所以那次考试表现得还不错。最出人意料的是，我竟然在郑老师的泛读课上考了全班第一名。我记得很清楚，她当时拿着那张卷子，说试卷上的英文字写得非常漂亮，还说命题作文写得较有深度，而且遣词造句颇有native speaker的感

觉。

当时我坐在台下，听着这一连串的赞扬，心里直犯痒痒，一方面希望她说的人是自己，但又不敢百分之百确定到底是不是。过了一会儿，老师说：“我很想认识一下这位同学。”当听到老师点我的名字时，我心里一颤，电击一般地跳了起来，说：“我在这儿呢！”老师定睛一看，发现我就是当初开学时追着她问问题的“小追星族”，于是笑着说：“原来是你啊，不错，请坐吧。”我简直乐翻了天，虽然表面故作镇定地点了点头，稳重地坐下，心里其实已经开始为自己撒花了。

期中考试之后，我心里久久不能平静。拿着自己的考卷左看看，右看看，那可是我人生里第一次考第一名啊，我的小心脏可禁不住这样的荣誉啊！想想之前的初中高中，要想在排名表上找到我的名字，一般都要从中间开始往后看，可现在呢？我的名字竟然被排在了第一个！还有什么样的激励能比这个更给力呢？自从考试得了第一名，我对英语的热情便一发不可收拾。从那之后，我便开始疯狂地学英语，我的名字也开始频繁地出现在各种大大小小考试排名表的第一名。大学四年，无一例外。

第三节 这样背单词最高效



上自习之余，我和胖咸鱼分享，说我在开学时请教过郑老师，老师说学好英语的关键是“做该做的事，并坚持下去”。胖咸鱼立刻激动地问到底什么是“该做的事”，我说我也不知道啊。我们俩琢磨了很久，觉得像老师这样的高人一定有更为详尽的“学习秘籍”，于是便打算再去向老师请教。老师看着我们这两个为了学习而无比饥渴的灵魂一直不住地笑，说班上有一位男同学在开学时也向她讨教过“学习秘籍”。在这里姑且称这位男同学为“语言学大师”吧，因为从开设语言学课的第一天一直到现在，这位男同学都在语言学界发挥着奇异的光芒（他现在已经是苏黎世大学语音学博士毕业）。有了大师的加入，我们便华丽地组成了三人学习小组。我自己的无限热情，加志同道合的奋斗伙伴，加敬业良师的悉心栽培，可想而知当时那场学习之风刮得有多么猛烈。

大一下半学期，三人学习小组正式成立。老师教导我们：单词是学习英语的基础，单词

如果不认识，那么阅读读不懂，听力听不懂，写作写不了，连与别人的日常对话都不知道如何表达。所以，学好英语，必须从单词抓起。

最开始背单词的时候，老师扔给我们三个人一人一本专四单词书，说："背吧，每天背100个单词，一周700个单词，下周检查你们。"我直接傻眼了，小声地说："老师，其实我们以前在高中看单词的时候，每天大概只看十个……"老师说："现在是大学，不是高中，每天就100个，赶快背吧，下周检查你们。"没办法，老师发话了，下周就要查。所以，只能硬着头皮背起来。

于是，我和胖咸鱼每天吃完午饭后，便开始埋头背单词。第一次打开单词书的时候，我都快哭了，那可是活生生的100个你不认识我、我不认识你的单词啊，怎么可能在一天的时间内就记住？当时我觉得每天100个单词纯属天方夜谭，你就算打死我，我也是绝对不可能背会的：刚看到第40个单词的时候，就已经把第17个忘得一干二净了；刚背到第三天的时候，就已经把前两天的单词忘得一干二净了。一周下来，狼狈地发现结局很惨烈。老师检查的时候，有一大半单词都是不会的。

我跟老师抱怨说我的大脑"中毒"了，一天100个单词实在太多，根本背不住，可不可以每

天少背点儿，比如50个或80个。可是，老师既没给我“解药”，也没给我仁慈，只是淡定地说了一句：“背不住是正常的，方法和重复是关键。每天就100个，不能‘砍价’，继续背吧。”无奈，我们只能回去继续饱受单词的折磨。

压力就是动力，果然是这个道理。第二周，我和胖咸鱼决定实行互相监督机制：每天上午把100个单词背第一遍，午饭之后互相检查，凡是被对方查住的，就要在单词上画圈，并把单词连同中文意思为对方念十遍。这样不但可以帮助自己记忆，对方也可以加深对这个单词的印象。我们商量好每天早晨背词，下午和晚上分别检查一遍。这套新的背词机制虽然听上去有些机械，但实行起来却相当奏效。我们谨遵老师的教导——方法和重复是关键——于是几乎把课下的所有时间都用来背单词，只要有时间，能多背一遍算一遍。

为了高效地背单词，我尝试了几乎所有我知道和不知道的背词方法。经过尝试之后，才发现老师说得没错：背单词的方法实在太重要了，如果在没有好方法的前提下一味地死记硬背，那么最后只会事倍功半。根据我当时的经验，个人认为非常高效的背词方法包括：

（1）词根记忆法

对于我个人来说，最高效的背词方法之一莫过于词根记忆法，也就是要借助英文单词的构词词素来对单词的定义加以记忆。一个英文单词的词根，就好比是汉字的偏旁部首，如果能把英文单词的“偏旁部首”牢牢记住的话，那么不但可以通过词根的意思去推断或猜测某个单词的意思，而且还可以高效且迅速地扩大词汇量。比如说，汉字里的“木”最直接的意思是“树木”，带“木”字旁的汉字可能很大程度上就是某种树的名称，如“桃”“槐”“松”“柳”等，那么当你看到一些你可能不认识的字，诸如“檂”“柃”“楠”等，你就会很容易猜到这些字很大程度上可能是某种树木的名字，或者是与树木有关。英文单词也是一样，比如“mort”这个词作为词根时，是“death（死亡）”的意思，那么当你看到“mortality”这个词的时候，就会很容易想到它的意思，即“死亡率”。实际上，英语里最为常用的词根加起来总共也就200多个，对于英语为母语的人来说，这些词根就像26个英文字母一样重要，他们在很早期学语言的时候就会学到，而日后的语言学习恰恰是建立在这个基础之上的。我很庆幸我在当初单独花了一些时间专门背诵了英语中最常用的一些词根，它帮助我大大地提高了背单词的效率，让我学会了如何高效地、科学地背词，而不仅仅是死记硬背。

（2）词缀记忆法

词缀记忆法，往往是和词根记忆法结合起来使用的，这是我最喜欢的另一种背词法。词缀，又包括前缀和后缀，也就是在某个词根的前面或后面添加一个或多个词素，来改变一个单词的词义或词性。通常情况下，前缀会改变一个单词的意思，而后缀会改变一个单词的词性。还是拿“mort”这个词根来举例：如果给它加一个表示属性的后缀“al”，变成“mortal”，那么这个词的意思就变成了“终有一死的；凡人”。如果在这个基础上再加一个表示反义的前缀“im”，变成“immortal”的话，那么这个词的意思就变成了“不死的，永恒的；神人”。

与词根相同，词缀是英文构词法中最为基础的内容，花些时间把一些最为常用的前缀后缀牢牢记住的话，可以在很大程度上提高背单词的效率。实际上，为了好好利用词根、词缀记忆法来提高背单词的速度，我当时还专门去书店买了一本词根、词缀小词典，额外花了一些时间先恶补了一下词根和词缀。虽然多花了时间，但这种付出却是非常值得的，因为一旦记住了这些词根词缀，那么在日后很长一段时间里都能够得到增益，可谓是一劳永逸。

（3）归类记忆法

物以类聚，人以群分。当很多单词同时呈

现在我面前时，我发现把它们按照词义归类在一起也可以达到帮助记忆的目的。常用的分类方法有很多种，比如同义词、反义词、类比分类、种属分类，等等。举一个例子，我在背专四单词的时候，自己总结过表达各种树木的单词，如pine（松树）、aspen（白杨树）、maple（枫树）、oak（橡树）、birch（桦树）、larch（落叶松）等。再比如，表示笑的单词通常有smile（微笑）、laugh（大笑）、grin（露齿而笑）、giggle（咯咯笑）、guffaw（捧腹大笑）、snicker（偷笑）等。市面上有很多同义词反义词小词典之类的学习书，专门供大家背诵，但是对于我个人来说，只有当自己亲自去总结的时候，记忆才是最为深刻的。

（4）搞笑谐音联想法

当然了，英文单词里总是有一些单词非常奇葩，奇葩到它的构词法完全无法用词根词缀法来拆分，词义奇葩到也无法和其他单词进行归类，这个时候就得动用一些比较特别的背词法来帮助自己——搞笑谐音联想法就是其中一种。使用这种方法其实并没有严格的规则，只要你具备一定的想象力，就可以尽情地去发挥你的想象力，把某个单词的英文发音往它的汉语意思上使劲靠，再加上自己的个人联想和解读就可以了。比方说，“lace”的发音像是“勒

死”，你联想成某个东西快把自己勒死了，它的汉语意思正是“系带，以系带系紧”。又比方说，“betray”音似“必捶”，一个人干了什么事你才必须得捶他呢？那就是当一个人背叛你、出卖你、泄露你秘密的时候，你就会有想捶打他的欲望！这个词正是“背叛，泄密”的意思。搞笑谐音联想法很多时候虽然解读起来会稍微显得有些牵强，有时甚至会有些搞笑，但是俗话说得好，不管黑猫白猫，能抓住老鼠的就是好猫。背词方法也是一样，管他这法那法，只要能帮你背住单词的就是好方法！我当时用搞笑谐音联想法背住了很多难背的单词，有时甚至因为自己的想象力过于夸张而把自己笑死了。学习的过程中还能找到欢乐，何乐而不为呢？

（5）循环往复法

循环往复法主要是为了能在背完单词后，有效地巩固所背的内容，以滚雪球的方式去加深自己的记忆。当时为了更加系统地背词，我把单词书重新进行了划分。方法是：从全书的第一个单词开始，每数100个单词，就做一个记号，并将前100个单词标为“（1）”，接着再往下数100个单词，标为“（2）”，以此类推，一直标到整本单词书结束为止。每背一部分，就在书的封面上标注所背的遍数，以及此部分单词的页数范围，例如：（1），七遍，1-18页。这样，无论想复习哪部分单词都可以快速翻

到，而且对每一部分单词的熟识程度都可以做到了如指掌。

复习单词之前，我会先为自己的单词书设好图例，如圆圈代表错过一次，下划线代表错过两次，星号代表错过三次等，把这些图例写在单词书的第一页。第一遍复习的时候，在不会的单词前面画圈，会的单词则用铅笔轻轻勾掉。第二遍复习的时候，先看画圈的单词，如果里面又有不会的，就在它下面画下划线，默记五遍，然后复习其他用铅笔轻轻勾掉的单词。如果发现在轻轻勾掉的单词里又有不会的单词，那么就画圈。第三遍复习的时候，先看有下划线的单词（因为这些单词是错过两遍的），如果里面又有不会的，就在它前面打星号，默记五遍，然后复习其他画圈的单词，如果有不会的，画下划线，再复习其他用铅笔轻轻勾掉的单词，如果有不会的，画圈。第四遍复习的时候，先看有星号的单词（因为这些单词是错过三遍的），再看有下划线的单词，然后看有圆圈的单词，以此类推。

这个方法听上去很是复杂，又是圈又是星，但它的基本意思就是循环往复，通过重复来加深大脑对每个单词的记忆，越是不会的单词，越需要反复重复。方法看似烦琐，其实掌握以后颇为简单，而且有效：只要看到那些又画圈、又带下划线、又带五星的，就知道这个

单词是大敌，必须得不断地反复记忆。我把这个循环往复法分享给了胖咸鱼，她学会以后喜欢得不得了，第二天就把她的单词书标得“花红柳绿”了。经过一段时间的坚持，她说这个方法果然奏效，大大地提高了她背单词的效率。

（6）语境记忆法

我个人喜欢语境记忆法的原因很简单，那就是我一直都坚信一个真理：你如果会运用这个单词，那么它对你来说才是一个“活”单词；相反，如果背了半天，但你还是不会去使用它，那么它对你来说只是一个“死”单词而已。因此，不同语境下遇到的单词，会因为那个语境而使这个单词令你印象深刻，如人们在看美剧、电影，读外文小说，甚至英文杂志、报纸时看到的单词，往往会比较容易记得住。那么，当你遇到一个背不住的单词时，就可以为它创造一个语境，想方设法把它运用起来，这种方法往往会带来奇效。举个例子，“infirmary”这个单词是“医务室”的意思，起初我怎么也记不住，总是跟其他的单词混淆，后来查了字典和例句后，才发现此“医务室”就是很多美剧、电影里提到的彼“医务室”，从此就没再忘记或混淆过。

有了这六种“背词大法”护身，我整日都满怀热情地、虔诚地完成着老师布置给我们的背

词任务。那段时间，我们每天走着看单词，坐着看单词，吃饭时互考单词，梦里梦到的都是单词。胖咸鱼习惯把不会的单词写在手上，我习惯把不会的单词写在小本子上随身携带，在食堂打饭排队的时候都要拿出来看看。那时单词书基本就是我俩的男朋友，恨不得要和它过一辈子，连晚上睡觉都是抱着单词书入睡的。现在想起来，那个时候的自己真的像一个傻子一样，但是那时的自己，却是那么享受那种设立目标并完成目标、发现困难并克服困难的成就感。

付出果然有回报，两个月后，我和胖咸鱼慢慢地发现，一天100个单词其实是完全可以消化掉的。不仅如此，背100个单词的速度也越来越快了：起初要用一整天才能背完100个单词，后来要用一上午或一下午的时间，再到后来要两三个小时，最后当整本书背完的时候，用一个钟头就能把100个单词记得很牢固了，也许是因为大脑已经习惯那种强度了吧（这里所说的“背词”，很单纯地只是指背词，即看到英文单词就能说出它最常用的一个中文意思）。

之后几周老师查单词的时候，我们为了让“游戏”更刺激，便商量出了一个新规则：三个人谁要是错一个单词，就罚一分钱。攒够五块钱的时候，就请对方吃盒饭。我和胖咸鱼自然是站在同一战线上的，因此新规则一出，我

们俩为了彼此任何一方都不请大师吃饭，背单词更加卖力了，任何一个词都不敢轻易放过。

大一剩下的日子里，我俩每天都是在背单词的过程中度过的，通过我们的背词监督机制，我们高效地掌握住了每个专四单词。之后老师检查的时候，我们从来没有输过一分钱给语言学大师。背单词真的是一件苦差事，所以如果能找到一个学习伙伴，就可以互相激励，互相监督，还可以在你想放弃的时候，拿一顿饭的惩罚来“威胁”你，可谓好处多多。大一下半学期时，我和胖咸鱼的专四单词书已经被蹂躏得“四分五裂”“体无完肤”，封面脱落了，上面的笔记也变得模糊不清，不得不去买一本新的回来。但即便如此，我们俩依然乐此不疲，继续在新书上“开画”。我们笑着说：“单词要这样背才最高效！”

当我白天黑夜不间断地疯狂追看《我叫金三顺》的时候，我发现我走着坐着脑子里想的全是玄彬，连晚上睡觉时梦到的都是他。背单词也是这个道理。当背词成为生活主旋律的时候，我们每天满脑子想的全都是单词。例如，和胖咸鱼在学校散步，看到了路旁高大的松树，我就会考她“松树”用英语怎么说；在食堂里吃饭，看到旁边桌上一个女生在哈哈大笑，我们就会把表达各种笑的英文单词串起来一起说一遍。当时背单词已经到了痴迷的程度，如

忽然想起前几天背过某个词，它就在嘴边，但却怎么也想不起来了，这种时候我们就会立马放下碗筷，在食堂里当场翻出单词书查找，直到把那个词找出来才肯罢休。每当别人看到我们这样时，总会投来莫名其妙或耻笑、鄙视的眼神，貌似在说“你们至于吗”，而每当这种事发生的时候，我们就会狠命地瞪回去，心里默念“切，你懂什么”。当时我们自己做了很多近义词、反义词的总结，还戏称自己是“单词总结女王”。没想到几年后去北京上新东方的时候，才发现人家门口专门有卖近义词、反义词的书，我俩还拿着那些书，开玩笑地说自己很有远见。

第四节 “下笔有半神”“出口成半章”



郑老师总说：背会单词不是最终目的，考试考高分也不是最终目的，最终的目的是要通过各种学习方法来真正提高自己的英语能力。

老师教导我们：学语言的最高境界是你要能驾驭得了它，就是你能顺畅地表达你想表达的意思而不闹笑话。老师深知这个道理，于是在我们背单词的同时，便开始督促我们练习写作和口语。当初我一直觉得能独立写出一篇精炼并有思想的英语文章，或是能流利地说一口美式英语而不打磕，是一件很酷的事情，就好比大学的郑老师和初中的吴老师那样。于是，我决定，为了让自己也变得像两位老师那么酷，我一定要在英语方面练就“下笔如有神”和“出口即成章”的本领。

起初做写作练习的时候非常郁闷，每次动笔时，都觉得扭扭捏捏，勉勉强强，要么是不想写，要么是干脆不知道该怎么写。由于惰性作祟，在很长一段时间内，我的写作计划都被搁置着。当我意识到自己貌似已经很久没有动笔写过东西的时候，已经是一个多月以后了。翻开计划本一看，当初列的计划又几乎泡汤了，一阵内疚和自责感顿时压得我喘不过气来。我一问胖咸鱼她的练习情况，原来她也已经好久没有动笔了。于是，我们为此火速开了一个小型会议，分析原因。不分析不知道，一分析吓一跳，原来还是那个老敌人：恐惧感！

恐惧感已经不是第一次在我前进的道路上阻挡住了我的脚步。我认真地问自己，到底是在恐惧些什么呢？无非就是害怕写不好，害怕

失败，害怕无论怎么练习也还是写成一堆渣。当然了，每个人的恐惧都是有原因的，因为成功和失败的比例本来就是五五分。想想那可能失败的50%，自然会觉得害怕。

可是，如果自己因为恐惧而去做出某个决定的话，那么我的人生可能会一直在这个小圈子里来回翻转，因为恐惧早晚会导致我失去很多这样那样的机会。相反，如果我基于事实做决定——而不是基于恐惧做决定的话——那么我才真正有可能走出现在的圈子，去探索更广阔的天地。

话又说回来了，失败到底有那么可怕吗？在我目前的处境中，我需要练习的其实就是写作而已，我纠结的只是到底要不要写和到底该怎么写的问题。就算我失败了，大不了重新再写，最坏的情况也不过如此。这，到底有什么可怕的呢？更何况，其实真的没有真正意义上的失败；跌倒了，拍拍土，重新站起来，继续前行。只要不放弃，就不会有绝对意义上的失败。这样思考过后，我突然发现，恐惧感就像是一个放大镜一样，把面前的敌人放大了百倍，使它显得好像坚不可摧。但当我拿掉放大镜，去面对真实的敌人时，却发现它其实远没有我想象中那么可怕。

于是，我再一次激励自己说：当恐惧袭来的时候，我要闭上双眼，用自己的内心做决定。在这条漫长的奋斗之路上，我希望自己日后做的每一个决定都是基于事实，而不是基于恐惧，因为我知道如果让恐惧的情感主导我的

决策时，那么我的人生只会变得越来越小，甚至会成为自己心灵的囚徒。只有当我以事实去主导我的决策时，我才能有勇气去完成一个个小目标，这一个个小目标才能给我带来大成功！

解开了这个困扰了我很久的心结后，我和胖咸鱼重新坐下来讨论关于写作的练习方案。我想到，既然背单词方面采用监督机制可行，那为什么不在写作方面也试试呢？于是，我俩便开始实行计时命题作文计划：每天定时写一篇200词的小作文，题目自定，可以写时事，可以述生活，谁写不完，就请吃饭。此规定一出，我俩便又开始了新一轮的疯狂行动。

老师教导我们：一篇好的英语文章，最基本的是要有一个完整的结构。开头段必须通过一个中心句来明确点明全文的中心思想，中间每个论证段都要有各自清晰明确的分论点、段落主旨句、论证和论据，文章结尾段要再次点明全文中心并适当升华。我一听，心里纳闷："这不就是以前语文课上学的议论文三要素吗？怎么英语文章也得这样写？"起初我觉得这样的结构虽然严谨，但却好像过于死板，所以总是不想写。于是，老师鼓励我们多去读一些英文杂志和报纸上的文章，仔细品味一下所谓英文八股文的最高境界。我跑到网吧去，在《纽约时报》的网站上看了几篇文章，发现作

者文章的骨架的确是遵循老师说的那种结构，但由于作者的语言风趣幽默，行文流畅自如，所以读起来毫不死板，很是自然。

于是，我决定，从文章的结构开始抓起，努力做到下笔如有神。只有把结构弄严谨了，这篇文章的“外表”看上去才是舒服的，读者才更容易读明白作者到底想通过这篇文章表达什么思想。如果文章的结构不够严谨，没头没尾，东一句西一句，论证论据相互不匹配，那么读者就算再怎么读也还是会一头雾水。

当时我们的口号是：先别管词句美不美，论据新不新鲜，先写出来一篇结构完整的文章再说，大不了写完以后再往里填充嘛！于是，为响应自己的口号，我和胖咸鱼终于开始动笔了。起初的几篇写得非常恶心，文章只有一个生硬的骨架，写完以后自己都不忍心看。但后来通过不断地练习，渐渐便可以写出自己忍心看且内容稍微饱满的文章了。

写作文的时候，我不忘提醒自己，要尽量多多运用自己之前背过的新单词，因为对于我来说，一个单词只有自己亲自用过，才能记得格外牢固。例如，以前写文章时，每当想要表达“聪明”的意思时，我总是习惯用smart这个单词。为了把新背过的单词运用起来，并使自己的文章出彩，我便会有意识地使用该词的同义

词去表达，比如intelligent，bright，keen，intellectual，knowledgeable，well-informed等。再例如，每当想要表达“显示”的意思时，我以前写文章时只会用show这个单词。在背过一些新词后，我就会有意识地去使用demonstrate，reveal，exhibit，display，illustrate等词来表达同样的意思。久而久之，我不但对一些新词的掌握能力更好了，而且写出来的文章看上去也更加高大上了。

此外，每次写完作文后，我都会和胖咸鱼互相修改彼此的文章，给对方指出错误、提出建议。我从她的文章里学到了很多看待事物、分析事物的不同角度和观点，她从我的文章里学到了很多地道的英语句式和表达法（都是从过去读过的海量的英文原著中积攒而来的）。就这样，我们练习作文的过程坚持了半年之久。不练不知道，一练吓一跳，每日一篇的写作练习果然有成效。后来写作课的每次考试，虽然我们尚未达到“下笔如有神”的境界，但至少也是“下笔有半神”，每次都可以很快地构思，很快地成文，很快地写完交卷走人，还可以拿到很高的分数。

和练写作比起来，练口语就是一个相对比较尴尬和艰难的过程了。老师教导我们：口语提高没捷径，只有大胆开口说。起初我和胖咸鱼非常不好意思开口说，因为每当我们决定要

从下一秒就开始和彼此说英语的时候，下一秒往往就沦为沉默了，一是感觉自己口语的语音语调并不标准，二是不知道该说些什么，三是害怕自己会犯错误。

老师告诉我们，练习口语的第一步，要从矫正发音和改善语调开始，而矫正发音和改善语调的第一步，就是要先弄清楚自己口语的问题在哪里，到底是哪些音说得不够标准，哪些语调存在问题。找出问题在哪里，才能有的放矢地寻找解决方案。

为了找到我个人的问题在哪里，我进行了两个工作。第一，疯狂地听听力；第二，把自己说的口语录下来自己听。英文中的“听”和“说”总是被放在一起，是有道理的，因为语言输入和语言输出是相辅相成的关系。我在把自己说的口语和母语为英语的人说的口语放在一起比对的时候，很快就发现了自己口语语音语调的问题在哪里。其实主要的问题有两个，一是某些英文单词我的发音不够标准，如true（我个人的发音听上去像“处”，但是美国人发tr的音听上去像是“特入”）；二是我说口语时的语调简直平到不能再平了，听上去像是在念悼词似的，但美国人的语调却非常抑扬顿挫，每个人说话都好像是幼儿园老师跟小朋友们说话那么夸张和生动。

找到问题所在后，我便开始实施解决方案。解决方案的核心，其实就是两个字：模仿。学习语言总是免不了去模仿他人，每个人在婴儿时期牙牙学语的时候，也都是从模仿开始的。因此，为了解决口语语音不标准的问题，我专门找了一套由外研社出版的教英语音标发音的教材，重新从零开始练起。记得有一段时间，我每天吃完午饭后，就会走到学校桃李湖湖畔去听这套教材，把每个音标的正确发音都重新学习了一遍。某几个我个人非常纠结的音，更是被我听了不下一百遍，模仿了上千遍。我还把自己发音标的方式录了下来，和磁带里的正规版本进行比对，然后继续模仿和练习，直到把差别最小化。

语调方面，我采取的矫正措施就是用“不要脸”的心态去尽量模仿原声带的说话方式。这里强调“不要脸”，主要是因为虽然美国人说的英语很好听，但我总感觉如果是我说的话，就会由于过于夸张而显得很假。所以，平日里我说口语的时候，总是很内敛，可是这一内敛，语调就没了。为了改正这个问题，我告诉自己就撒开膀子别要脸了，夸张就夸张吧，可能自己练的时候会有些夸张，但跟别人说口语的时候，情绪一紧张，自己一收，听上去可能就正好了。

于是，我拿起手头的听力教材和听力原

文，边听原声带的朗读，边在听力原文上用铅笔把人家语调方面抑扬顿挫的地方用诸如↗（升调）、↙（降调）、∧（升降调）、∨（降升调）和→（平调）等小符号标注了起来。除此之外，我还格外注意句子里的停顿、重音以及语速的快慢等。标完之后，我按照自己的标注重新朗读一遍文章，录下来一听，效果果然和之前大不一样！

就这样，我每天抽一些零散时间大声地朗读注满语调符号的各种文章，每次朗读的时候都极其“不要脸”，各种抑扬顿挫、情绪饱满，力求自己的版本和原声版本尽量相仿。长久练习下来，不但语音语调改善了很多，还慢慢地产生了一种说英语的语感。

语音语调倒是改善了，可是当我脱了稿子的时候，还是会不知道到底该说些什么。老师告诉我们，口语其实可以从简单地用口语陈述事实开始练起。

于是，我和胖咸鱼开始尝试着用英语向对方描述自己的一天，比如早中晚分别都做了哪些事、上了哪些课、遇到了什么人、学到了什么新知识、有了哪些新感受等。因为我和胖咸鱼每天上课和上自习都在一起，所以描述的内容都基本相同，这样我们就可以很清楚地知道对方描述的东西是否准确和完整。在不知道该

如何用英语口语去表达或是犯了口语语法错误的时候，我们就会帮对方指出错误、解决困难。

如果两个人都不知道该如何表达某种意思的时候，我们就会疯狂地查字典，学会新的表达方式，把它记在笔记本上，并多用新的表达方式造句，以加强记忆。虽然用口语陈述自己一天的生活听上去是件很简单，甚至有些机械的事情，但我发现这是入门者练习口语的一个好方法，因为你不用过多地去担心不知道该说什么，你只需要尝试将诸如“今天早晨我七点起床，洗漱完毕后便出发去学校上课”之类简单的事实用英语口语表达出来就可以了。

等我们可以用口语熟练地陈述事实之后，下一步便开始尝试用口语去形容一件事物或一个人物。第二步不同于第一步的是，自己得绞尽脑汁努力地去回忆自己学过的各种形容词。我们会互相给对方出题目，比如“请用英语口语描述一下你的妈妈是怎样的一个人”“请用英语口语形容一下我们的大学校园是怎样的一个地方”“请用英语口语形容一下你最崇拜的人”等。我们还会要求对方在形容的过程中举例子，比如“请举例说明你为什么觉得你的妈妈是一位伟大的老师”“请举例说明你为什么觉得她很会关心人”等。

这一步的口语练习比较难，因为若想将事情形容得很得体，就得有一定的单词量来支撑，每当这个时候我就会发现自己以前背的那些单词全是“死”单词，无法在关键时刻灵活自如地将其运用起来。当时我解决这个问题的方法就是，现查现用，现用现记，记后背熟，而后大量地、频繁地、反复地将其使用起来，以进一步加深记忆。

举个例子，我总是将我的妈妈形容为一个“优雅稳重、果敢坚定”的女人，但这几个形容词当初没有一个是我会的。于是便开始翻查字典，找到了gracious,even-tempered,resolute,steadfast这几个词，其实这些词都是以前背过的单词，可是说口语的时候却往往想不到去用它们。于是赶快把它们记录在笔记本上，每每聊天聊到我妈妈的时候，我就会有意识地把这几个单词用上，越用越喜欢，越用越熟练。慢慢地，通过不断的积累和频繁的使用，越来越多的“死”单词就这样“起死回生”了。

当时，我特别有意地去使用自己刚背过的新词，因为对一些新词的真正用法掌握得还不够扎实，因此闹了不少笑话。记得有一次，我参加CCTV演讲大赛，口语老师问我演讲稿写得怎么样了，我说我还在修改中。当时“修改”一词我用的是amend，因为不久前刚刚背过这个

词，想显摆一下。老师听到以后哈哈大笑，说："amend这个词一般搭配的是诸如宪法一类比较正式的重要文书，如果想说修改论文或作业之类的，那么一般用revise这样的小词就可以了。"犯过这个错误之后，我立刻就牢记住了这个词的正确用法。

当说口语成为生活习惯的时候，以前的担忧就再也不存在了。走在学校的各个角落，我和胖咸鱼都会大声地和对方说英语，把每一次对话都当作是练习口语的好机会。记得有一次逛街，我俩在商场里也说英语，评论某件衣服好不好，某双鞋子漂不漂亮之类的。营业员看我们在店里绕来绕去，便走过来用中文询问我们需不需要帮助，我们还用英语假惺惺地跟人家说："Sorry,we don't speak Chinese。"营业员听了，直接扭头走掉了。

大一一年坚持每天抽些时间练口语，加上学校英语系所有的课程都是用英语上，所以一年多以后我在口语方面便提高了很多，说话时不尴尬了，也不磕磕巴巴了，有了一点"出口成半章"的感觉。

第五节 "打击梦想之旅"



大一结束之后的那个暑假，为了进一步锻炼口语，同时也为了出去见一见世面，我和胖咸鱼、语言学大师，一起报了北京新东方的口语班。我们为了这次口语班，做足了准备。当时因为我和胖咸鱼在练习口语方面过于疯狂，在系里小有“名气”，人们提到我俩的时候总会说：“就是那两个走到哪儿都嘟嘟囔囔说英语的人吧……”为此，我们便一直以为自己很了不起，所以在去北京上课之前，我们心里都暗自希望自己可以在口语班上大放光彩。

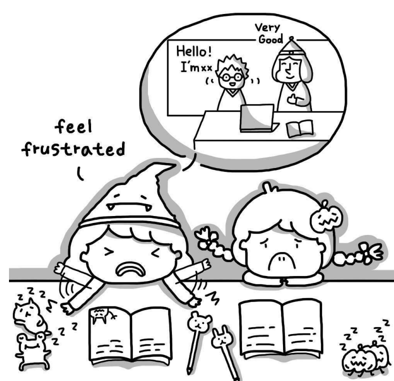
那是我们俩第一次单独在一起旅行，两人之前到外地上学的梦想都没有实现，于是我们便把那次旅行看作是我们二人的“实现梦想之旅”。在火车上的时候我俩非常兴奋，见人就跟人家说我们要去北京上学了。到了北京时，刚好赶上那里出了名的“桑拿天”，但我俩既不觉得热，也不觉得累，背着大书包，坐着公交车直抵目的地。以前每次去北京时，都是跟着父母，吃住从来不用发愁，因为父母都给安排好

了。但这次是我们独自前来，没有经验，到了那里以后才开始找住处。算我们幸运，新东方教学楼对面的一家旅店正好有一个标间空出来，我俩便住了进去。入住的第一个晚上，我们去踩点，站在新东方教学楼前面仰望着它，心里无限崇拜，心想：我们心目中的“实现梦想之旅”终于正式开始了。

第二天早晨去上课的时候，我俩傻了眼。我以为人家的教室是像大学教室一样，四五十人一个班，可谁想，那里的教室一坐就是二三百号人，四周的窗户上都绑着巨大的电风扇一直在吹。我们的座位在教室的后排，看不清讲台上的老师，只能通过头顶上的电视机观看台上的一切。但即便如此，我们两人依然是激动不已。开课后，授课老师热情洋溢地用流利的英语介绍自己，风趣幽默的语言逗得台下同学们一阵又一阵大笑。

在互动环节中，老师邀请同学们通过举手的方式来台上练习口语。上台发言的同学们，一个个都说着标准的英音或美音，既流利，又不失幽默，语音饱满，语调抑扬顿挫，老师不停地夸奖他们。起初我是很有信心上台参与的，但看到他们的表现后，不知怎的，我突然变得胆怯和自卑了起来，赶快放下了先前举着的手。我纳闷：“这些人怎么英语都说得这么好啊？他们都是英语专业的吧？”可是课下一打

听，人家根本不是英语专业的，基本都是数理化或计算机专业的。天啊，不是英语专业的学生，说出来的口语竟然比我们这些科班生都要好，我彻底被打击了。这次“实现梦想之旅”瞬间变成了“打击梦想之旅”。



那一次去新东方口语班学习的经历给我的印象颇深。我虽然并没有从中学到什么实质的东西，但这次经历却给我造成了很大的影响，因为我不但见识了世面，更认识了很多真正的牛人。当见到真正的牛人时，我心里才明白：原来什么年级第一、小有名气，都是浮云。真正的牛人在外面……从北京回来的路上，我内心很苦闷，一直在想：世界上那么多牛人，我就算再怎么努力，也不可能超过他们，因为他们实在太多了，太强大了。我小时候那种一受打击就想放弃的细胞又开始蠢蠢欲动了。正在此时，胖咸鱼突然道出了一个大真理，她说：“咱们不应该灰心丧气，因为人外有人，天

外有天。咱们不跟别人比，咱们得跟自己比。虽然咱们比牛人还差很多，但和咱们自己比起来，现在的我们已经比一年前刚上大一那会儿进步多了！”

我突然醒悟了过来。过去的我，一遇到挫折和打击就想要放弃，是因为我觉得自己貌似付出了努力，但依然做得不如别人好，所以就容易灰心丧气，不愿再去尝试。可是，这样的想法其实是错误的，因为我应该把今天的自己和昨天的自己比，而不应该拿自己和别人去比。我要向优秀的人学习，这是没有错的，但由于优秀的人和我的起点不同、学习方法不同、自身能力不同，所以并不应该因为自己不如别人就灰心丧气，甚至彻底失去信心。我应该坚强，抵得住失败，一次不行就尝试第二次，两次不行就尝试第三次。只要坚持下去，总会通过时间的积累而慢慢得到进步。

想通这个道理以后，我便变得不那么自卑了。为此，我很感激这次“打击梦想之旅”。当人取得小成就的时候，适当的打击可以让他/她看清自己，让他/她真正明白两个道理：一、奋斗是为了让自己成长，让自己变强大，而不是为了去和他人做比较；二、奋斗的路途，没有终点。

第六节 感恩2003



通过踏实的学习，我当初为自己列下的自学计划竟然真的完成了。大一上半学期，我自学完了大学四年精读和泛读的所有教材；大一下半学期，我背完了专四的所有单词，并在写作和口语方面取得了不小的突破。大一一年，我的单词量猛增了七八千词。全年的两次期中期末考，我都考了全系第一名，激动的心情无以言表。我拿到了人生中第一份一等奖学金，钱数不多，但足够让我兴奋得整晚睡不着觉。我把奖学金全额给了妈妈，作为对她的感谢。妈妈告诉我，这是我的付出所应得的回报，因为大一一年我有史以来第一次踏踏实实地学习了，并真正懂得了学习和奋斗的意义，体会了踏实付出后得到成功的充实感。

那个时候，我更加深刻地体会到，当人生转至十八岁的时候，我就已经是成年人了，这就意味着我要从此懂得为自己的人生担起责任，做任何一件事，都要为它好的或坏的结果承担后果。过去的很多年，我玩心太重，忽视

了学业，后果就是高考的时候没能像其他同学那样考到一所心仪的大学。这是我必须为自己的行为所付出的代价。妈妈总是跟我说，当事情不如我意的时候，首先应该自我检讨，主动从自己身上找原因，而不要去盲目地责怪别人、抱怨环境。

渐渐地，我开始重新审视过去十八年里的自己。

过去的自己，总是在考试没考好的时候，责怪老师教得不好，责怪自己上课受其他同学影响，责怪试题出得太偏太难，但却从来没有好好想想，是不是自己哪里做得不够。过去的自己，明明知道自己该做什么，但却总是找各种借口，要么久久拖沓不愿行动，要么草草了事蒙混过关。过去的自己，从来没有为未来打算过什么、计划过什么，每天抱着享乐生活的态度过一天算一天，就算在火烧眉毛的关头硬着头皮列个学习计划，也从来都是废纸一张。过去的自己，习惯一次又一次地说“我对天发誓，以后一定……”之类的狠话，但往往第二天便厚颜无耻地把它抛到脑后，继续玩乐。

过去一系列的失败，彻底让我清醒了过来。郑老师的出现又进一步让我看清了学习的方向，懂得了奋斗的意义。我第一次彻底明白，学习需要规划，人生更需要规划。我也终

于明白了一个通俗的道理：说话不能像放屁一样，既然自己对自己许下了承诺，就应该去实践它，如果自己对自己的承诺都无法实践，那么将来如何让他人信任自己？

于是，慢慢地，我开始做出改变。我开始尝试着去规划自己的生活：什么时候起床，什么时候睡觉，什么时候背词，什么时候读书，今天要完成什么学习任务，这周要学完哪几个单元，这个月要背完多少单词……从一点一滴的规划中，我逐渐锻炼出了列计划和执行计划的能力。

有了初步的规划以后，我开始过上了“军事化”的生活：每天早晨踏着晨光走去学校，晚上踩着月亮的余晖回到宿舍。渐渐地，我从学习中找到了充实感、满足感，以及一种前所未有的快乐。由于以前吃过不奋斗的苦头，现在便再也不敢把“奋斗”二字抛在脑后，再也不敢说话不算数，再也不敢把计划看成一页废纸了。

后来在博客里回顾大一的生活时，我自己评论道：“刚入大学，像个黄毛丫头闯世界一样，看一切事物都是新的。开始努力摆脱差学生的梦魇，立志做一名好学生，并转型成功。在一所并不非常知名的高校开始扎实地靠自己奋斗人生。实质收获并不显著，但这是彻底改变我人生的一年。为此，要感恩2003。”

小贴士

单词记忆有诀窍

背单词的方法多种多样：有人爱用抄写的方法背词，比如初中时的吴老师就曾经运用“fifty times”的方法帮助我们达到背词的效果。有人喜欢通过阅读的方法来背词，在读文章的时候把不会的单词写下来，既学了新单词，又通过书中的情境明白了它的用法。我也是通过很久的实践和对比，才找到了最适合自己的背词方法。就像之前文中提到的一样，对于我个人来说，遇到一批新单词时，我首先会使用词根词缀记忆法（网上搜索“词根词缀记忆法”就可以找到更为详尽的相关文章）。然而，并不是所有英文单词都可以用词根词缀记忆法进行拆分，所以在无法拆分的情况下，下一步我便会用搞笑谐音联想法或语境记忆法。通常情况下，大多数单词都可以通过这几种方法被我牢牢记住。但是，总会有一些十分变态的单词，是永远都记不住的（见后文关于我背GRE单词的经历）。这样的情况下，就不得不启用死记硬背法了。

我觉得，所有背单词的方法，没有绝对的好坏对错之分。某种方法好不好，主要是看它被运用在谁身上。每个人都有不同的学习习惯，只要找到一种适合自己的背词方法，并一直坚持下去，就是好的。如果你不坚持，就算是再好的背词方法，也无济于事。

口语训练有技巧

很多时候，人们认为学习英语要比锻炼其他能力困难很多，因为我们没有语言环境和条件去运用学到的东西，导致学到的东西只局限于书本知识，无法被运用起来，因此就有了“哑巴英语”一说。

很多人认为“哑巴口语”是由我们缺乏语言环境导致的，认为语言环境的存在和口语能力的高低是一个因果关系，认为“因为有了语言环境，所以英语口语可以得到提高；因为没有语言环境，所以英语口语无法得到提高”。

人们概念里所谓的“语言环境”到底是指什么？大多数人一提到“语言环境”，第一个想到的就是一个周围全部都充斥着说英语

的外国人的场景，觉得这才是纯正的“语言环境”。但如果这种语言环境是提高口语的必要条件的话，那为什么有很多留学生和在外企工作的打工族也是在哑巴口语的状态呢？因此，这种因果关系其实是不成立的。

在我个人看来，凡是可以让我们将英语口语以某种途径运用起来的方式或媒介，都可以算作是“语言环境”的一部分。举个例子，英文报刊、音乐、电影、演讲等，都可以算作是“语言环境”的一部分。当然了，如果你人在国外或外企，周围有很多母语是英语的朋友，或是有资源去跟外教一对一学口语，那就再好不过了。但是如果你身边没有这些资源，也完全不要紧，只要懂得将身边隐形的语言环境资源善加利用，你也能提高英语口语能力！

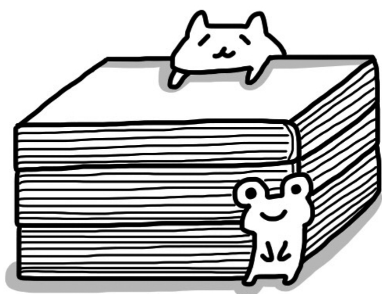
上文里我提到了语言环境的多种存在方式，这里就想说说该如何去运用这些资源来提高我们的日常口语交流能力。

首先，要想流利地进行语言输出，前提条件是要有足够的语言输入，即通过大量的阅读和听力来学习如何用最地道的英语来表达自己想表达的意思。例如，平日里在读书、看电影、听听力，甚至是在路边的广告牌上看到某些自己不熟悉的英文表达法时，一定要随时记录下来，然后努力找机会去把它运用起来。

其次，我个人认为最有效地提高口语的方式就是看美剧或电影，因为在那个过程中，你相当于是把自己放到了一个纯英文的语言环境中，既可以练习听力，帮助自己积累语言输入，更可以想象如果自己是主人公，那么你会如何进行那段对话，然后将自己的答案和片中主人公的用词进行对比。一个人的听力、英文思维、反应速度和口语能力就是在长期锻炼和积累的过程中慢慢提高的。具体如何通过看电影或美剧的方式来提高英语水平，我在后文中进行了更为详细的分享。

总之，即便没有100%纯正的英文语言环境，提高口语能力也是绝对有可能的。除了以上我提到的语言环境的组成以外，如果有机会的话，你还可以去参加英语角，和同样热爱英语口语的同学们组成练习小组，互相督促，互相鼓励，一同进步。不方便出门去参加类似的社交活动的话，还可以找一些线上的练习英语口语的资源。最重要的是，一定要记住，无论如何积累，提高英语口语的关键就是张嘴说！不要怕丢脸，不要怕犯错，多多张嘴练习，和自己说，和电影说，和朋友说。只要你有心，肯下功夫，那么英语口语一定早晚会被你拿下。

第二章 大二的坚持与动摇



升至大二，我丝毫不敢放松奋斗的脚步，在经历了暑假的打击之后，更是提醒自己要以踏实的态度去学习，要尝试慢慢改掉自己小时候的坏毛病，既不要得意忘形，也不能妄自菲薄，要努力做到宠辱不惊。未来的奋斗之路还很漫长，如果没有一个强大的内心，怎么可能坚持到最后。

对于英语专业的学生来说，英语专业四级考试（TEM-4）无疑是大学里第一个重要的关卡。专四的考试时间是大二下半学期的四月份。“大敌”当前，我丝毫不敢疏忽。于是大二上半学期一开学，我就给自己定下了非常明确的目标：专四一定要拿“优秀（80分以上）”。

我和胖咸鱼依然像以往那样，向郑老师讨教“屠龙”的技巧。老师很明确地表明：没有技

巧，没有捷径，研究真题就行了。听罢，我们俩马上跑到书店去买了专四历年真题的试卷。老师教导我们：拿下一门考试的高效方法就是分析它的架构，看看它都考核哪些内容，分别是什么难度，然后将考试的每个部分各个击破。于是，我先花了几个小时，不计时间地做了一套最古老的专四真题。做完以后，发现听力和阅读对我来说比较难，在这两部分上我失分最多，于是便决定在这两部分上多下功夫。

做好初步的复习打算后，我便又跑到书店去买复习资料。书店里的专四复习资料花样繁多，品类齐全，口号叫得都很响亮：什么“专四专家组唯一推荐”啊，什么“专四圣经”啊。我拿起这个，看看那个，实在不知道到底该选择哪本。当时突然想起一个故事，说某个身处大山里的穷孩子，买不起高考复习资料，只能把现有的教科书翻来翻去，后来终于把书中的知识全部吃透，最后凭借扎实的知识功底，考上了优异的大学。

想到这里，我突然觉得，也许习题册具体选择这本还是那本，并不会产生决定性的作用，更重要的应该是把习题册里的道理都看懂，题目都做会，对的搞清楚为什么对，错的要弄明白错在哪里。如果不仔细钻研的话，就算买来十本习题册，随便做一下就扔到一边，也并不会起多大的作用。一句话，考试资料这

种东西，在精不在多。于是，我便果断地选择了上海外语教育出版社出版的专四系列练习册。选择这套书，也只是因为专四是上海外国语大学出题，所以当时觉得他们出版的习题集也许会更加有效一些（纯属个人看法）。

第一节 听力是这样练成的



专四考试的第一部分是听力，而且占的分值非常大，于是我就把听力当作了复习计划的重点。之前我从来都没有系统地练习过听力，唯一的练习也只有初高中时在机房上听力课的时候。不过当时每次上课时，别人都在练听力，我却在下面玩电脑，所以并无任何进步。之后练习听力，就是跟着妈妈一起看美国大片。其实那也说不上是练习，只是耳濡目染而已。因此，我系统地练习听力就是从大二为准备专四考试时开始的。

专四听力里的新闻听力是我从来都没有接

触过的，自然要当成重中之重来攻破。我和胖咸鱼决定从此开始收听国外电台的新闻广播。当时没有一台像样的收音机，自己那个超小型收音机连收听普通的国内电台广播都有很大的杂音。于是，我俩决定放一回血，去商店买一台真正能收听国外频道的收音机。

第二天，我俩风风火火到了商店，感觉自己像执行任务一样，朝着销售收音机的区域飞奔过去，直接向售货员发问："我们要听国外的广播，比如VOA、BBC那样的，应该买哪种型号的收音机？"售货员向我们推荐了两款德生牌的收音机，一款小而精巧，一款大如砖头。一问区别，一个方便携带但收听的信号不那么清晰，另一个接收信号非常清晰，但不方便携带，而且不怎么美观。我心想：都到这个节骨眼上了，还要什么美观？于是，一咬牙一跺脚，我俩买了两块一模一样的"大砖头"回来。那恐怕是我当时最大的一次放血了。

收音机到手后，我迅速上网搜索了VOA的播放时间和接收波段，发现VOA每天早晨从六点整开始播报新闻，一直到上午八点。于是我和胖咸鱼便约好，每天早晨六点起来一起练听力。头几天早晨死都爬不起来，挣扎着抬头看看窗外，外面漆黑一片，天寒地冻。我躲在被窝里盘算："有温暖的被窝不待着，偏要跑出去站在冷风里练听力？我是不是吃饱了撑的？先

睡个回笼觉再说吧……”可每当这时，我心里就会有另一个声音：“竟然还有脸睡回笼觉？自己订的计划又要变成一页废纸了？自己说的话又不算数了？想赖床？等你死了以后，有足够的时间让你睡！今天的任务必须今天完成！赶快起床！”一想到这里，我“噔”地一下就蹿了起来，赶快洗脸刷牙，收拾书包，抱着收音机就下楼了。

最初听广播时，我的心情非常郁闷，因为其实没有几个句子是能完整听懂的。播音员语速太快，我听到的都是一些琐碎的单词，只能通过把这些单个单词串在一起，连蒙带猜地去揣测意思。一周过后，没有任何实质进展。我郁闷地问胖咸鱼：“你能听懂吗？我怎么什么都听不懂啊？播音员说话像机关枪似的，连个停顿都没有。”谁知胖咸鱼的情况竟然和我一模一样。于是，我俩便又灰头土脸地跑去向老师请教。老师说：“你们不但要用心听，而且要坚持听，慢慢就听懂了。”我心里纳闷：“每次都说让坚持，可一点进展都没有，到底要坚持到什么时候啊？”

我又跑去向语言学大师吐槽，说我每天都听，可就是听不懂。大师淡定地问我：“你听了多久啊？”我说：“嗯，一周吧……”大师鄙视我说：“才刚听了一周你就奢望能听懂？是不是出现幻觉了？听不懂是正常的，听懂了才不正

常。如果你现在都懂了，那还用你去练？”一语点醒梦中人！我不应该郁闷自己现在做不到，因为如果刚开始练习就能百分之百正确快速地听出来每一句话，那我就不是常人了，可以直接洗洗睡了。现在做不到，证明我还有很大的提升空间。既然现在做不到，那么就应该终日向能做到的那一天付出坚持不懈的努力！

想明白了这个道理以后，我便独自坐下来自省，理智认真地分析听不懂的原因。我发现，对于我来说，有两个原因导致我听不懂：第一，广播里有很多新闻用语或表达方式，是我本来就不会的；第二，客观地讲，我听力方面练习得太少，对于播音员的播报语速的确不习惯。

总结出了原因，那么接下来该怎么应对呢？我想来想去，觉得针对原因一的应对策略，可以是继续背单词，并积累表达法。我最初背专四单词时，只是注重了数量，而没有注重质量，那么现在就应该继续背专四单词，只不过这次背的时候，应该把每个单词下面搭配的短语、词组之类的也进行记忆。针对原因二的应对策略，就是老师给我的建议：坚持听，并且用心听。

“用心听”这一点，说起来容易做起来难。用心听的时候，要做到：不能边听边和别人聊

天，不能边听边看书，不能边听边做白日梦。听听力的时候，心必须全部都在并且只在听力上。用心的意思是，播音员每说一句话，自己脑子里就要尽量以最快的速度反应过来他说的是哪些词，分别是什么意思。当时我尝试了很多种方法，最后发现对于我来说，跟读法最为有效。跟读的意思就是说，当播音员说一句话，他开始说话后的一两秒钟，我立刻把听到的话重复一遍。如果我能跟读得上来，就代表这句话的意思我知道得八九不离十。如果跟读不上来，往往是因为我根本没有听明白人家在说什么。

虽说找到了适合自己的听力方法，但每次听的时候都是一种痛苦的折磨，因为一开始的时候，我基本跟读不上来几句：人家的语速本来就快，我不仅耳朵慢，嘴巴更慢，所以之前的一段时间，跟读都是“啪啦啪啦”——自己也不知道自己在说什么。但是，经过三个多月不间断的练习，我终于在听力方面有了起色：不但可以跟读下来很多句子，而且自己说的时候速度也快很多了。终于在某天早晨，我心情特别好，打开收音机，一边刷牙一边听VOA。突然之间，我发现我竟然都能听懂了！记得当时是美国总统的一个演讲回放，我竟然真的一字不差地听懂了！当时激动得差点把刷牙水喝了。

VOA有了显著的进步后，我便开始尝试听BBC。当时BBC的播放时间是每天下午四点到五点，每次基本都是访谈节目。起初听BBC的时候，对于英音非常不习惯。但后来一直坚持听下去，也就用同样跟读的方法和坚持的原则，攻克了BBC。

如果说听英文广播是我练习泛听的方法的话，那么练习精听的方法就是狂听华东师范大学出版社出版的《英语听力入门》（Step by Step）。当时选择这套教材，没有任何特殊的理由，只是看它又有学生用书，又有教师用书，分有四册，从易到难，由浅入深，很循序渐进的样子，于是就买了下来。郑老师教导我们：书籍在精不在多，选定一本书后，就要把它吃透。所以，我和胖咸鱼从买上《英语听力入门》（Step by Step）的第一天开始，就决定把它当作精听教材，好好听个透！这套听力练习册一共四册书，大二的时候我听了第一和第二册，大三和大四时分别听完了第三四册。

听的时候，我的方法很简单：每天听一个小部分，先做题，后精听。做题的时候，自己先听一遍，答题，再听一遍，检查自己的答案。然后，去教师用书里核对答案。做对的话，就继续做下一道题；做错的话，就重新听一遍，争取自己找出来错在哪里。听出来为什么错了，就继续做下一道题；没听出来为什么

错，就再听一遍，直到听出来为止。精听的时候：听懂了的要反复听，让它变扎实，努力记忆每个单词的发音方法，尤其是自己不熟悉的那些单词和发音方式。听不懂的更要反复听，实在听不懂就翻到听力原文，看看到底是什么句子，然后分析为什么听不懂，是单词不认识？词组不认识？对听力背景知识不了解？还是吞音连音？不会的单词词组就随时记下随时背，背景知识方面就一点点积累，发音方面就反复听，反复记忆它的发音方法，无论是吞音还是连音，要努力把那种发音方式印刻在脑子里，这样等下次再听到的时候才能正确快速地识别出来。

当做题和精听的整个过程完毕以后，把书合上，把这段听力重新闭上眼睛听一遍。听的时候，方法和听广播一样：用心听（要闭上眼睛，不要看着听力原文，如果是那样的话，就是阅读了，不是听力）。听的时候一定要很用心，要感觉自己闭上眼睛后，听到这个句子时，仿佛可以想象出这个句子被敲在电脑屏幕上的样子。运用这样的方法，一直听一直听，直到自己能把每一个单词都很清晰明白地听懂，就可以结束这一部分的练习了。

当时做听力练习时用的还是自己的随身听，由于每段听力都要重复听很多遍，所以总是得反复倒带，浪费了很多时间。后来，为了

让听力练习更有效率，我又跑到商店买了一台复读机回来，省了很多时间，非常给力。

很幸运，我在大二考专四前，及时找到了最适合自己的听力练习方法。当时为了复习专四，我每天早晨六点半到八点听VOA，下午四点到五点听BBC，晚上两个小时精听《英语听力入门》，也就是说每天花在听力上的时间加起来有四个半小时左右。这个习惯直到最后考完专四也没有停过，一直坚持了三年，直到毕业，听力水平也就是从那个时候有了突飞猛进的进步。

与攻克听力同步进行的，是攻克阅读的工作。阅读在专四的试卷里所占的分数也较大，可我却没有放入与练习听力等同的时间和精力。原因之一，从初中到高中我读过很多英文名著，自认为阅读功底非常好，所以就掉以轻心了。殊不知，能读懂文章，并不代表能答对题，只可惜当时我还不知道这个道理。原因之二，之前偶尔做过几套专四阅读题，错得不堪入目，所以我心里便渐渐地对阅读产生了抵触心理。

当时的感觉就好比，听力的战场上不断地响起胜利的号角，可是阅读的战场上却屡遭惨败。当时练听力、背单词都是以天为进度来计划的，唯独阅读是以周，甚至两周为进度来计

划的。直到考试前几周，我才很不情愿地拿出专四真题的阅读题研究了几套，但效果并不显著。

对于专四的写作部分，由于之前在大一时，经常进行命题写作练习，所以并没有花很多时间复习写作，只是在考试前几周时，写了几篇真题上的作文，找了找感觉。至于专四的其他部分，诸如完形填空和语法，我当时并没有找到什么高效的复习方法，只是按部就班地认真研究了上外那套练习册上的习题而已。

考试前两周是关键，因为要开始进行模考训练。我和胖咸鱼每天晚上都跑到自习室进行计时模考练习，模考时用的都是历年真题，从听力到写作，一切都是百分之百模拟考试时的效果。模考的频率是两天一次：第一天模考，互相给对方判分，第二天分析之前的模考题。最后的几次模考为了加大难度，除听力部分外，其他部分都是戴着耳机放着音乐做的，为了模拟一种嘈杂考场的效果，以加强自己的抗干扰能力。

专四考试结束以后，感觉并不是很好，一是因为学校播放听力的时候磁带出了问题，浪费了十多分钟的时间，所以听力做得不如预期的好；二是因为对所有的阅读题基本都没有感觉，做题时全是靠语感选的，考完后和同学对

题时，我甚至不记得自己选了什么，所以心里很没底。专四考完后的第二天，我又连忙拉着胖咸鱼开始上自习了。

等待成绩的日子很辛苦。很久之后，正当我们快要把专四这件事遗忘了的时候，学校发榜了。我竟然真的获得了“优秀”，分数比我之前预期的要高很多，我终于松了一口气。专四算是上大学以来我经历过的第一个比较大型的综合英语考试，我实现了当初为自己设立的目标，心里很是满足。但每当我有一丝丝觉得自己了不起的时候，就又想到了之前的“打击梦想之旅”，想到了大千世界高手如云的样子，于是，就又马上安分了起来。每个奋斗的日子，我都不敢停歇脚步，因为心里明白未来还有很多目标等着我一个一个去实现，未来还有很多路等着我去踏上坚实的足印。

第二节 失败　抉择　动摇　放弃



大二下半学期考完专四后，我和胖咸鱼很快就将目标转移到了GRE（北美研究生入学考试）。其实出国的念头由来已久。早在初中的时候，因为我喜欢考拉，加之性格古灵精怪，便得名“考拉小巫”。那个时候非常梦想未来有一天，能有机会去澳大利亚看一眼真正的考拉，摸摸它，抱抱它。后来长大了，出国的想法变得更真实具体，加之郑老师和胖咸鱼的鼓励，上了大二之后，我就正式将出国这件事提上了议事日程表。我心里一直都在想：高考的时候我没能考到外地的大学，是一个遗憾，所以将来上研究生的时候，我不但要走出这里，还要走出国门，走到更远的地方，去见识更广阔的世界，收获更丰富的阅历。

虽说当时已经确定了出国这个想法，但由于我是英语专业的，出国要面临一个转专业的问题，而具体要转什么专业，自己却毫无想法。当时有一段时间我感到很迷茫，学习的时候也不如往常那么有动力了，只是认为：反正早晚要出国，早晚得考GRE，它的有效期是五年，现在考了，省得以后麻烦。

一直以来都听说GRE是英语考试界的“珠穆朗玛峰”，其单词之难、题目之变态，是任何英语考试都无法企及的。我一想到这些，心里就发怵，赶快又像往常那样，去向老师取经。但是，这次连老师都帮不上我们了，因为老师当

年考的是旧版GRE。经过了大刀阔斧的改革后，新版GRE已经完全变了一个模样。我心想，既然从老师这里寻求不到什么经验，那就问问有经验的学长学姐们吧。于是，有一段时间，我和胖咸鱼每天晚上回到宿舍后，就会跑到大三大四的女生宿舍楼，挨个敲门问：“请问你们有人考过GRE吗？能不能给我们一点复习建议呢？”大多数人都以看待外星人的眼光看待我们，只有少数愿意交谈的好心人会回问我们一句：“什么是GRE？”

我和胖咸鱼无奈地坐在地上想：是啊，在这个学校里，大多数人都想着将来毕业争取去北京、上海这些大城市找份好工作，或是考研能考到大城市去，很少有人会想着将来毕业要出国（那时在当地，出国这件事还不是很普遍）。

所以，在面对GRE这件事上，我俩真真正正得开始孤军奋战了。我跟胖咸鱼说：“别怕，万事开头难，我们得坚持住。GRE就算再难，它也只是个考试而已。既然是考试，就一定有章可循。我们还是像复习专四那样，从背单词开始吧。”

于是，便有了我与红宝书（GRE单词书）的第一次亲密接触。之前总是听说GRE单词很难很变态，但我却从没亲自见识过。直到第一

次翻开红宝书的时候，才终于知道了什么叫真正的“变态”。放眼望去，全书将近8000个单词，没几个认识的。不但英文单词不认识，就连单词的中文意思也那么稀奇古怪。我随便翻了几页，A打头的单词里：“侍僧”“炼金术”“天启”“占卜师”，你到底是有多神秘啊？C打头的单词里：“腐肉”“半人马”“百夫长”“十字军远征”……看到这里，我赶快合上书，拍拍胖咸鱼的肩膀，问：“嘿，你确定咱俩买对书了吗？”

事实证明，书的确是买对了，GRE单词的难度、广度、变态度，就是如此让人难以置信。我心想：要不然先买套历年真题看看，好歹见识一下题目的样子，因为我真的很好奇，这样变态的单词，它到底会以怎样的形式出现在试卷上。于是，我便跑到书店去买GRE真题。去了以后直接傻眼了——各大书店，均无销售。后来一问，人家老板表示，长期只供没求后，就不再引进GRE真题了。偌大一座城市，想买真题都买不到，让我情何以堪？可见在那个时候，出国留学是一件多么没市场的事。

在接下来的一段日子里，我活得很无力。面对着眼前这个庞大的、复杂的、艰难的考试，我根本不知道该如何下手。后来，一咬牙一跺脚，决定去报北京新东方的GRE班，心想着到北京以后就能买到复习资料、找到复习门

路了。当时我报考的是2005年10月份的GRE，人们称之为10G。我5月份的时候火速报上了7月份新东方的冲刺班。现在想来，其实上补习班之前，我整个人就已经很泄气了，明明知道短短几个月复习这样一个变态的考试时间肯定不够，但自己又不愿主动努力，而是全心指望着这个冲刺班能帮我渡过这一关。出发去北京之前，我只是把红宝书看了两三遍，注意，是“看”，不是“背”。除此以外，其他关于GRE题的一切，我一无所知。

2005年7月的那个夏天，我一如一年前的夏天一样，又一次坐上了去北京的火车，又一次感受到了北京夏天独有的“桑拿天”，又一次坐进了新东方让我熟悉的大教室里。天气依然炎热到让人窒息，教室两旁的风扇依然不住地吹。填空课、类反课、阅读课、写作课、数学课，一门又一门课轮番轰炸着我根本没有做好准备的心脏和大脑。台上的老师激情洋溢，搞笑连连，人生哲理加励志故事，一个又一个地冲击着我的耳膜。面对着那么尽心尽力授课的老师们，我为自己的毫无准备感到内疚和自责。其中一个老师说，他每年讲课都会看到不同教区的不同教室里，坐着成百上千怀揣出国梦想的学子们，但是，只有其中不到百分之十的人能通过重重考验，最终真正实现远渡重洋的留学梦。按照往常我的性格，听了这句话，

我一定会骄傲地认为，我肯定是这百分之十中的一员。可是，当下的我，心里竟然默默地对自己说：这百分之十肯定没有我的份儿了。

课上完了，买了一大堆学习资料，做了一大堆学习笔记，带着这些“战果”，我又回到了家乡。这是我第二次被打击，第二次清醒地意识到，我差的还有太多太多，我需要做的还有太多太多……

那年8月份，我给自己制订了两个月攻克GRE的“疯狂”计划。“疯狂”二字加引号，是因为原本打算“疯狂”，但最后既没有“疯”起来，也没有“狂”起来。相反，我很清楚地认识到，我正在没日没夜地为“飞蛾扑火”做准备。两个月的计划里，原本打算把填空、类反、阅读和写作都加以复习，但到最后，我却打了退堂鼓：填空书只做了三分之一，类反书做了一半，写作考试的两部分加起来总共才练了四篇作文。阅读方面更是惨不忍睹，当初考专四时就很抵触阅读，后来考GRE的时候，更是对阅读产生了极其严重的畏惧心理。到最后，阅读这一块基本全部放弃掉了，整本阅读书除了其中的三篇练习以外，其他部分连翻都没翻过，俨然一本新书。

往日也是在奋斗，但却从未觉得累，可大二的那个暑假，却让我感到身心疲惫。上考场

的时候，甚至还有一丝后悔的感觉，觉得不应该把考试报得那么早，连复习的时间都没有。但其实心里明白，埋怨复习时间不够，也只是给自己找了一个并不精彩的借口而已。后来考完，成绩比我想象的还要悲催。

我觉得，第一次GRE的失败，败就败在消极的心态上。自己没有主动去应战，成天想着“好难啊，这下完蛋啦”之类的丧气话，在内心里就已经认输了。不仅如此，我还天真地认为一个短期冲刺班能帮助自己拿下这座大山。太错了。很早的时候，我就应该明白：在奋斗这件事上，能依靠的只有自己，能让目标最终实现的，也只有自己的切实付出，而不是其他任何东西。

考完试以后，原本迷茫的我，变得更迷茫了。我在想：本来自己的本科学校就算不上是国内的名校，这下又考得这么惨不忍睹，加上我对出国申请一无所知，到底该准备哪些材料，到底是什么流程，到底该学什么专业，到底怎么才能申请上奖学金，对于这些我什么都不知道，还谈什么出国呢。后来，犹豫来犹豫去，最终还是放弃了出国这个念头。那段时间，时不时会听到人们对我的冷嘲热讽，来自于同学，甚至来自于其他老师：“咦？前段时间动静挺大，现在怎么了？到底是后劲不够了，雷声大雨点小……”

我心里难过，不是难过别人说闲话，而是难过自己为什么就这样放弃了。我害怕自己又像小时候那样，回归到堕落不上进的状态；害怕自己又像小时候那样，脆弱得禁不住失败的打击。我苦闷，因为明明知道自己心里有一个遥远的梦想，却看不清通往它的路。更让我苦闷的事情是，胖咸鱼在大二结束的时候，突然决定把生活重心从刻苦学习转移到积累工作经验上，她说她决定毕业以后先工作几年，等攒够工作经验以后，再决定是否要出国。这个消息对于我来说，无异于晴天霹雳。本来就已经够束手无策了，现在连唯一的奋斗伙伴都没有了。我，这下是真的要孤军奋战了。

我突然开始怀疑，我做的这一切，到底对不对。我是不是真的应该像别人一样，好好安分下来，学学学校的课程，多多参加活动，争当班干部，攒点人际关系，好为将来毕业找工作谋划一下？那将来毕业以后呢？我该做什么？是不是真的应该踏实地留在这座城市，找份轻松的工作，嫁一个好人家，在有限的时间里快乐地享受人生呢？所有的这一切，听上去是那么顺理成章，但是为什么我总是觉得那么不甘心，总是觉得人生应该不只是这个样子，觉得自己这仅有一次的人生，不应该拥有和别人一模一样的轨迹，觉得自己应该为自己的人生留下一些独特的印记，留下一些值得回味、

值得感叹的精彩，这样，将来在自己即将离开这个世界的时候，心中至少不会有什么遗憾。

我从复读机中，取出《英语听力入门》的磁带，放进范玮琪的专辑，一遍一遍地反复跟唱《最初的梦想》。人就是这样，感情来了的时候，听什么歌曲都觉得歌词是在叙述自己的故事。我认真地研读歌词，觉得我最初的“骄傲”就是“被现实大海冷冷拍下”，之后便“懂得要多努力”才能“走得到远方”。后来我的梦想“坠落悬崖”，于是开始寻找可以给予我力量的“隐形翅膀”。失败后，“沮丧时”，我“总会明显感到孤独的重量”，便开始怀念之前与胖咸鱼并肩奋斗的日子。想到我俩一路走来，一起奋斗，“很高兴一路上我们的默契那么长”，并相信当我们“穿过风，又绕个弯”的时候，“心还连着，像往常一样”。

我问自己，我到底该怎么办，到底该如何选择，是真的应该放弃，还是应该继续坚持下去？如果放弃，我接下来该做什么；如果坚持，这条路的尽头真的有出口吗？我不知道，真的不知道……上大学以来第一次，我觉得迷茫，害怕，孤独，不知所措。

以这种无声的方式，我结束了大学二年级的一年。那一年，我满二十周岁。那一年，专四考取了“优秀”，实现了自己的一个小心愿。

但同时因为GRE考得悲催，感受了自己梦想被粉碎的失落感和空虚感。那次考GRE，我做了一次彻头彻尾的逃兵，一方面心里想凭借以前的水平吃老本，另一方面在重压下不愿意踏实、诚实地练习。到最后，吃亏的还是自己。于是明白了一个道理：练习和积累永远都是王道，永远都别想着钻空子，因为根本就没空子可钻，就好比永远都别想走捷径，因为根本没捷径可走。

我和胖咸鱼后来便很少在一起上自习了，虽然她成了“工作型”，我成了“学习型”，但我们依然是彼此最好的朋友。我们走在不同的路上，拼搏着不同的梦想，但却怀揣着一颗相同的心。我真心相信，未来的某一天，我们的两条道路，一定会有交汇点。

小贴士

关于练听力

好比背单词有多种方法一样，练听力也有数不尽的方法：有人喜欢通过听写来练，有人喜欢通过看电影看美剧来练。我觉得，没有哪个方法是绝对好，或者绝对不好的。具体选择什么方法，应该取决于你个人的学习习惯。最重要的是，你需要选择一个适合自己的练习方法，并一直坚持下去。

我的方法是精听《英语听力入门》加泛听英文广播。这个方法非常适合我，我不间断地坚持了三年，在听力方面取得了很大的提高。但是，这个方法百分之百适用于你吗？可能适用，也可能不适用，因为其实没有哪一套方案是可以做到放诸四海而皆准

的。所以，对于我的方法，你要有选择、有取舍地采纳和借鉴。你只能通过不断实践，不断尝试，来慢慢找到一个属于自己、适合自己的练习方法。

关于学习材料的选择

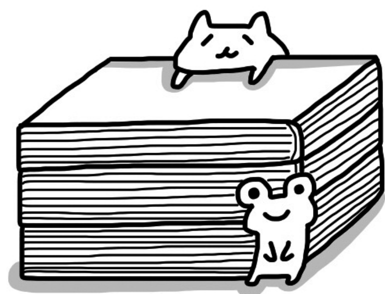
选择学习材料，和选择学习方法一样，重要的是你们要彼此“看对眼”。有一个道理你必须明白：关于学习材料，不管你用什么书，买什么版本，买哪个出版社出的，最最重要的都是要尽力把这本书学好、吃透。我用《英语听力入门》，听VOA和BBC，并不代表它们就是提高听力的唯一途径，也不代表你只要用它就绝对能提高，更不代表其他教材就达不到一样或更好的效果。找到自己喜欢并适合自己的教材后，就固定下来，把它钻研透彻以后，再去买其他书。如果你不认真钻研手头上已有的东西，就算是上帝编辑、天堂出版的无敌版本，买了以后也未必能奏效。

另外，我练听力时用过的材料只有以上这几种，并没有用过其他材料，所以对于其他材料的有效性并无发言权。其实，只要是native speaker录制的听力材料，只要你坚持，就一定能见效。这个关系要弄明白：关键是“坚持”，而不是你听什么。

再另外，现在是数码时代，所有一切都在网上进行了，在网上能下载到的数字音频等资料太多太多。最好不要借着练习听力的借口，自己花8个小时从网上下载了6个G的音频视频存起来，就觉得自己是在“努力”地练听力了。如果你把它们存在那里不听，或者随便听一遍就完事，那么就算你下载60个G放在那里，也还是不会起到任何作用的。“练听力”的重点是“练”，就是“操练”“磨炼”“训练”“熟练”的“练”。你不“练”，光是装模作样听听了事地欺骗自己，绝对是无济于事。

最后，语言，是一种能力。能力的提高不是三四天就能发生的事情，更没有什么传说中的捷径可以寻求。听、说、读、写四种能力，没有持续的、至少三个月以上的、坚持不断的辛苦付出，是不会有显著提高的。就好比减肥，你今天想起来的时候做几个俯卧撑，过几天想起来的时候再跑几分钟步，假如没有长久的、持续的锻炼，那体重是根本下不来的。道理都一样，所以，找对方法，找准材料，从现在开始，修炼自己的耳朵吧！

第三章 大三的转折与决定



第一节 北大给予我的救赎



大二结束之前，一个激动人心的消息打破了我沉闷的生活。系里有人说我们学校有一个与北京大学合作的交换项目，得到交换机会的学生可以在大三上半学期去北大英语系学习半年。我和胖咸鱼两个人一直都憧憬着能去外地上学，更别说是北大，那简直就是做梦都想去的地方！于是，大二结束前，当学校正式开始

接收申请的时候，我俩便果断地提交了申请，然后开始虔诚地期待去北大上学的那一天。申请被批准的当天，我俩狠命地抱在一起，大声喊道：“北大！我们来啦！”

大三上半学期还没开学，我和胖咸鱼早早地就坐着火车到了北京，去学校报到。北大校园实在是太大太美了，到处是景，到处是人。我俩兴奋地买了两辆自行车，骑着车子满校乱窜。我们终于见到了传说中北大的“一塔湖图”（博雅塔、未名湖和北大图书馆），见到了传说中的光华管理学院，见到了著名的百年大讲堂，见到了新学期初北大各种社团强大的招新阵容，见到了北大各具特色的食堂……看到这一切，我实在太激动了，我拉着胖咸鱼的双手，兴奋地跟她说：“胖咸鱼，我们要奋斗！要奋斗！要奋斗啊！”



刚开学时，我俩每天都觉得非常紧张，因为我们觉得自己不如北大的学生，所以上课时

总是躲在教室最后面的角落处，每天上课基本是以观察为主，从不敢主动举手发言，也不敢参与课堂讨论，觉得大家的上课节奏真的很快，而且课堂气氛非常活跃，稍微不小心，很多关键点就过去了。每天好不容易上完一节课，就得赶忙骑车奔到别的教学楼去上另外一节课。一周下来，觉得特别累，既跟不上人家的进度，又无法充分消化学过的知识。

第一周结束的时候，我和胖咸鱼两个人觉得非常受挫和沮丧，认真分析跟不上人家进度的原因，发现是自己并没有认真预习课上的内容。刚开学那时候是9月份，我10月份就要考GRE，所以当时很多心思和时间还是放在考试上，每天被它搞得心力交瘁。直到考完GRE以后，才开始全心全意地认真学习课业知识。当时我选的所有课程都是英语系的课，胖咸鱼因为已经将目标定位在工作上，所以选了几门光华管理学院的课，以为将来找工作打基础。

就这样，我俩每天奔波在不同的教学楼，上着不同的课程，但总是会相约一起吃午饭或晚饭，晚上还会一起上自习，饿了的时候还经常买好夜宵带回宿舍一起吃，边吃边看《康熙来了》，吃完以后继续在宿舍挑灯夜战，直到凌晨才睡。那段时间由于学习太疯狂而导致生物钟非常不规律，但即便如此，还是因为受身边积极环境的影响而每天心情非常好。渐渐

地，我开始敢在上课的时候抢第一排的座位，开始敢于积极参与课堂讨论并发表自己的观点，开始在课间休息的时候也跑去问老师问题。一学期结束的时候，觉得自己在专业方面进步了很多。

除了课业上的进步外，在北大发生了几件令我永生难忘的事情。第一，电影《神话》在百年大讲堂举行的放映式上，我见到了成龙大哥本人，当时他只站在离我大概两米远的台上，一身白色太极服，乌黑的头发，亲切的笑容。第二，在另外一个仪式上，又见到了李连杰大哥本人，他还现场展示了一段武术，特别酷。第三，同时也是最重要的一个经历，就是有幸参加了2005年年末在北大举行的“中国经济年度人物创新论坛”，在那里见到了伊利集团董事长潘刚和奥运冠军刘翔，我还被幸运地抽为中奖观众，上台后他们送给了我一个奥运福娃，刘翔当场给我签了名。之后还在“创新论坛”上听了李彦宏和马云的演讲，前者演讲时我还提了问题，后来中央二套播出的时候，现场很多问题都被卡了，但我的那个问题竟然被播了出来。妈妈从家里打电话给我，激动地对我说在电视上看到我了。

见名人，得签名，上电视，这些都不重要。最重要的感触是，世界真大。以往我在自己的城市学习和奋斗，只知道外面的世界很

大，外面的世界很精彩，希望可以早日出去闯荡一下，见见世面。但外面世界的精彩到底是怎么样的，我却并不知道。可在经历了北大的一切之后，我脑海里的那个世界真的成形了，它的样子真真切切地摆在我的面前：我亲耳听到成龙大哥说“有梦想的话，你就去勇敢地抓住它”；亲耳听到李连杰大哥讲述马尔代夫海啸对他人生观的改变；亲耳听到马云叙述他如何从一个英语专业毕业生开始，一步一步艰难但却坚定地创立了阿里巴巴；亲手接过李彦宏送给我的《硅谷商战》一书，并听他讲述他如何放弃在美国拥有的一切，在对自己许下回国创业的承诺后，不畏困难地将其一点一点实现。

虽然以前知晓这些故事，但却从未有过这样的经历。这种感觉，就好比由以前的听原声CD转变为看现场演唱会。人在其中，身临其境，总是会有一种无可言喻的震撼感。所有这些人都传达了一个共同的讯息：他们也曾平凡过，也曾彷徨过，也曾失败过，也曾遭遇过非常重大的打击和磨难，但是他们选择坚持自己的梦想，从未动摇。他们从未在意过暂时的苦难与失败，从未在乎过他人的揶揄与嘲笑，他们只是心怀梦想，每日依然一个脚印一个脚印踏实地前进着。终有一日，他们成功了。

名人如此，身边的北大学子亦如此。妈妈总是说：“大多数优秀的人之所以优秀，是因为

他奋斗过。不要光看他今日金光闪闪的表面，要学习他昨日勤勤恳恳的付出。要相信，每一个优秀的人，身后必定有不为人知的故事。”我想，在北大的学生们之所以上了北大，正是因为他们当日付出过。我抱着羽毛球拍每天逃课出去打球的时候，人家在学习；我每天趴在游戏机前享受游戏通关快感的时候，人家在学习；我上课睡觉、写诗、传纸条的时候，人家在学习；我逃掉补习班天天泡网吧的时候，人家在学习。更重要的是，他们也郁闷过、挫折过、彷徨过、失败过，但不管怎么样，他们坚持了下来。终有一日，他们也成功了。

而我呢？我目前遇到的困难抉择，算得了什么？无论是与大明星相比，还是与老百姓相比，我这点小困难真的太微不足道。只是经历了GRE的小失败，我竟然就想放弃掉自己怀揣已久的出国梦。如果是这样的话，出国这条路，我能走多远呢？即便将来真的出了国，我又能坚持多久呢？内疚，羞愧，我觉得，我真的太脆弱了。

学期末的时候，我结识了很多在北大上学的同学们。他们不但勤奋刻苦，而且对自己的人生有着很明确的定位和规划。不管他们的目标是什么，在和他们聊天的时候，我都可以清楚地感受到他们的坚定。他们问我毕业后想做什么，我犹豫了半天，小声地告诉人家我想去

美国读研究生。其实我当时真的很害怕他们会笑话我，会说我是癞蛤蟆想吃天鹅肉。但让我惊讶的是，他们不但没笑话我，反而都鼓励我要坚持自己的梦想。他们告诉我，无论自己来自哪里，如何平凡，在梦想面前，人人平等。无论你觉得自己多么渺小，你依然有权利去追求崇高的梦想。只有敢做梦，才能有机会通过努力去实现梦。如果连梦都不敢做，那岂不是连一丝成功的几率都没有了？

我顿时醒悟了过来。其实一直以来，我总有一个错误的心态：由于当初高考时，我没有像自己的同学们那样考到国内的名校去，所以我一直都觉得很自卑。就连在北大上学的时候，我总是不好意思告诉别人我其实只是个交换生而已。虽然自己在学校总考全系第一，但毕竟还是跟名校的他们有很大的差距。所以，我总是无法摆脱这种差生的心理和自卑心态的束缚。当我有了出国梦的时候，总是没胆量去勇敢地追求它，因为自己心底其实并不相信自己真的能做到。

可是，经历了北大之后，我终于懂得，过去的遗憾或失败，并不代表未来，也不决定未来。奋斗一事，永远都不晚。只要下定决心鼓起勇气去追求，那么，我就有相同的实现梦想的机会！北大的经历更让我懂得，自己的梦想属于自己，只有自己有权对它说“是”或“否”，其

他人对自己的否定或质疑，根本不算数。他们对自己的不解、打击、坐看好戏等态度，都不能而且不应该影响自己对梦想的追求。

虽然我在北大只学习了四个月，但这四个月却对我的世界观和人生观进行了重新塑造。我觉得在北大经历的一切，让我得到了救赎，让我的梦想得到了救赎。北大的经历不但坚定了我以前大脑里的一些想法，更让我明白了很多我以前不懂的道理。为此，我感谢北大，感谢那个环境给予我的眼界、勇气和信心。

离开北京的那个冬天，我做了两个非常重要的决定：一、绝不再提“放弃”二字；二、先考研，再出国。没错，我要考研。我要考到国内的一所更好的学校去，一方面给自己足够的时间去考虑清楚出国方面我心里所有的疑惑，另一方面积累经验，卧薪尝胆，以好学校作为跳板，争取申请到美国的牛校去！即便这条路可能会很漫长，很纠结，很艰难，很辛苦，即便我不知道这样做到底能不能行得通，但是我决定鼓起勇气尝试一下。如果不去尝试，我又怎么能知道到底走不走得通呢？

第二节 考研：要考就考最好的北外高翻我来了



确定了考研这个目标后，我便再也不觉得迷茫了，之前的孤独感和空虚感立刻不见了。为了纪念新生活的开始，我专门跑到网吧，上新浪网开了一个博客，起名叫“考拉小巫居”。那时候博客这个东西刚刚兴起，我决定赶上时代的潮流，通过写博客的方式来记录自己的奋斗历程。我告诉自己，这次是要彻彻底底开始踏实地努力了。我向自己承诺，从此以后要打心眼里相信自己和自己的梦想，无论别人说什么或做什么，无论遇到什么困难、挫折或失败，必须要坚持下去。我要把在北大经历的一切和感悟到的一切牢牢记在心里，并时刻谨记着：出国的道路虽然艰难曲折，但只要坚持这个目标不放弃，未来终有一天，我一定能达成这个愿望！目前所做的，就把它看成是“曲线救国”了，只有把这一步走稳当了，才能实现我的出国梦！

既然定下了要考研，就要从选择考研的目标学校开始做起。因为我是英语专业的，所以

决定考取国内一所外语院校的研究生。英语专业考研主要有三个方向：翻译、文学和语言学。我对后面两个方向完全没有兴趣，只对第一个较有兴趣，于是就定下了考翻译方向的英语专业研究生。按照当时全国各大外语院校的排名，英语专业翻译方向全国排名第一的院校是北京外国语大学的高翻专业。我想，要么就不考，要考就一定考最好的学校。于是，便斩钉截铁地把北外高翻设定为我的考研目标。

知己知彼，百战不殆。如果想要一次成功，就一定要了解“敌情”，所以我决定先从了解北外高翻院开始。第一次去网吧的时候，我查了很多关于北外高翻的信息。不查不知道，一查吓一跳，不愧是英语专业排名第一的院校，录取率果然很低。我跑到各大考研论坛上去看，大家都在议论高翻多么多么难考，每年报考几千人，但却只有几十人有幸被录取。我跟胖咸鱼汇报这一恐怖的数据，她却鼓励我说：“高翻院建院以来，考上的人总共也应该有千八百个了吧？这些考上的人都是人类，其中也不乏女人，她们都是真女人，不是‘灭绝师太’。她们既然都能考上，凭什么你不能？”她的话太给力了。我立刻又振奋了起来：对，别人能做到，凭什么我不能？一定要对自己有信心，不可以在开战前先被敌人吓死了。

大三下半学期3月份的时候，为了更彻底地

了解高翻院，更全面地掌握备考信息，我专门坐火车去北京考察高翻院当年研究生考试的复试情况，想要趁此机会向在读学生，以及参加复试的学生请教复习经验。此行收获非常大，除了前辈们慷慨分享经验外，他们还告诉我，提高翻译能力的过程非常痛苦，最重要的一点就是要一直坚持不断地练习。他们都说，高翻其实并没有人们传得那么难，只是很少有人能坚持下来罢了。

坐火车回来的路上我一直在想：高翻也许并不是那么难考，它是在我可以企及的范围之内的，就像摸房顶：虽然房顶很高，但如果真的使劲踮起脚尖的话，一定摸得到那个房顶。我不断地鼓励自己：时间宝贵，既然已经下定决心，做出了选择，那么就绝对不能在无谓的担心上花时间，不能整天用诸如“我到底能不能考上”之类的问题折磨自己、打击自己、动摇自己，因为这样的疑问不但没有任何实际用处，反而会消耗自己的信心。在这样的大敌面前，一定要告诉自己：考，是一定能考上的，问题是如何考上！把心思用在“如何”要比把它用在“能不能”上，更值得！

正式进入考研复习阶段后，我像往常复习其他考试一样，先研究了一遍高翻的历年真题，搞明白考卷的结构和考核的内容后，便开始制订复习计划。听高翻院在读的学生们说，

读《经济学人》（The Economist）这本杂志对于考试非常有帮助，于是我便专门从北京买回来了很多本《经济学人》的过刊，每天上午都花三到四个小时认真阅读里面关于中、美、英、俄等大国的文章，并做翻译练习。

起初读这本杂志的时候，觉得里面的文字又长又绕，自己翻译出来的句子古怪又别扭。后来从一个研友那里得知，如果自己不会翻译的话，可以去读《英语文摘》，因为那里经常会摘录一些国外期刊上的好文章，把它翻译成中文，还会对重点新闻词句做分析总结。我一听，赶快去书店买来了《英语文摘》的合订本，一篇挨着一篇做中英互译练习。

从3月份开始，我的时间安排是：每天早晨听英文广播做听力泛听跟读练习，上午读《经济学人》，中午背单词，下午用《英语文摘》做中英互译练习，晚上精听《英语听力入门》，并复习法语（法语是我的第二外语）。我没想到，练习翻译竟然比练习听力或口语，更加摧残人心。刚开始练翻译的时候，每翻译一个句子都非常痛苦，好不容易绞尽脑汁译出来一个自以为非常好的版本后，满心期待地翻开《英语文摘》与人家的翻译版本进行对比，然后我就崩溃了。人家的翻译无论是从选字用词还是句式结构上，都译得那么恰当，那么美好。很长一段时间，我都在想：《英语文摘》

上的译文，到底是一个人译出来的，还是一帮人集体作业的结果？每次受到打击后，我的自信心就会跌回谷底，觉得翻译是一条既崎岖又没有尽头的路，自己无论做了多少练习，依旧无法达到高人的翻译水平。

4月末，我学得好累，感觉自己每天做的事情只是看报纸、杂志，听广播，译句子而已，很久都不见成效。我想到，以往复习专四和GRE时，都是有题可做的，题目做对还是做错，一对答案当场就见分晓。背单词也是一样，单词背会了还是没背会，心里很清楚。而复习高翻考试，是要提高翻译能力，能力的提高很慢，一时半会儿根本不可能会有效果。更何况，翻译是见仁见智的东西，可以这样译，也可以那样译，你觉得译得很好了，但总会有更恰当的译法，那是真正的“没有最好，只有更好”。为此，当时我感觉越学越泄气。

第三节 “傻子哲学”



有一天，我接到一条短信，来自于3月份在北京参加高翻复试的一个学长。他开心地告诉我，他和他的女朋友都被高翻院录取了。看到短信的一瞬间，我既为他们高兴，又为自己担忧，忧虑自己明年这个时候，是不是也能像他们这样金榜题名呢？看着面前那么多读也读不完的资料，布满了红红绿绿翻译笔记的笔记本，我哭了。人在重压之下，真的可以变得很脆弱，一点风吹草动，都能导致情绪崩溃。我开始怀疑自己到底能不能考上，开始怀疑我为自己定的目标是不是太高了。我开始犹豫，开始害怕，又一次动摇了起来。

我回想到，自从上大学以来，我就一直严格要求自己，要求自己把过去落下去的补回来，要求自己彻底告别过去那个不上进的自己，要求自己通过奋斗来改变命运。因此，我给自己定下了一个又一个目标，这些目标一个比一个高，一个比一个难。报考高翻这个目标，长久以来第一次压得我喘不过气来。虽然

考GRE时也很辛苦，但至少我不会因为GRE没考好而没有学上。可这次考研，它不单单是我当下学习的目标，更承载着我对未来的一切期盼和梦想。如果没有考上研，将来可能就没法出国，可能就没法实现所有一连串的理想。我在想，高翻这个“房顶”是不是太高了，我担心自己不但摸不到这个“房顶”，反而会失足摔下来，不但会摔折腿脚，更会摔残自己的意志。因为太重视它，太在乎它，我开始变得得失心很重，甚至连每天简单的计划都无心完成，产生了所谓的“目的性颤抖”。

我，遇到了大学以来的第一个低谷期。

我一个人躲在宿舍，无心去上自习，开始怀念大一大二时那个大无畏的自己。那个时候的我，不知道哪里来的动力，单词书背了一本又一本，学校的考试每次都取得令人羡慕的成绩。那时候的自己如此神气，可现在却被研究生考试这个东西难倒了。当最最重要的考试摆在面前时，我却在这个节骨眼上失去了勇气和信心……我到底是怎么了？

心情不好的时候，我和胖咸鱼总是喜欢去学校东门对面的一个茶馆喝茶聊天，梳理心情。茶馆分上下两层，环境清幽，我们总是选择去楼下的一个固定角落坐坐。那里有暖暖的灯光，以及一个树藤编制的摇椅。这次遇到低

谷，我便又约胖咸鱼去茶馆聊天。我和她说，我真的有点儿泄气了，害怕自己考不上。她问，以前不是挺有信心的吗，怎么突然觉得自己考不上了？我说我复习了很久，也没什么进展，怀疑自己是不是把目标定得太高了，是不是应该考虑换一个学校考。

胖咸鱼说："知道傻子为什么能成功吗？因为傻子很傻，他不管自己是不是能做成，不管别人怎么笑话他，也不管遇到多少困难，他只是一个人傻头傻脑地一直做。而聪明人很聪明，他总是会考虑自己目前的目标对不对，会不会有更好的方法，能不能走捷径省时间。最后，聪明人选了一条又一条路，每条路都刚走了一点就换，所以，他总是在离起点不远的地方徘徊。而傻子却在一条路上一直走，虽然他速度慢，但他一直都在坚持。最后，傻子比聪明人先到达了终点。其实，傻子的成功哲学并不复杂，也不高深，只有两个字，那就是'坚持'。"

胖咸鱼总能想到很多非常贴切形象的比喻，来描述我现在的情况。我听了她的话，嘴上一直重复"说得真好"，但心里却觉得非常内疚，我知道我缺乏的就是傻子那样执着的精神。

我在想，我们每个人都觉得自己那样的聪

明，总以为自己一定知道更加聪明的方式来做现在的事情，即便不够聪明的人也会想尽办法使自己看起来聪明。于是，我们的道路换了一条又一条，方法换了一套又一套，计划表换了一张又一张，所有的事情都是有始无终，没有一件事情被坚持下来，最后，都失败了。我和胖咸鱼说："你看多搞笑，我总抱怨自己不能成功，总在惶恐未来的道路，总害怕自己没有想要的未来，可是，其实我根本什么都还没有做，当然不会有未来。"

真的，我其实什么都还没有做，我只是从3月份到4月份，练习了30天翻译而已。我还没有付出长久的、持续的努力，那么我凭什么期待未来尽早到来？每天都觉得时间不够用，每天都觉得任务太困难，每天都把所剩无几的时间花在担忧未来上，根本没有花时间切实地去努力。这样，未来能到来吗？当然不能！

突然之间，我想通了！我立刻拿出笔记本，用笔写下了这样一句话："对于未来，我只梦想最好的情况，并订下最踏实的计划，而绝不花时间在无谓的担心上，因为我知道，只要把我对自己的承诺付诸实践，我的未来将不会只是一个梦。"之后，我迅速把这句话写在了博客的公告栏上，每每打开博客时，都会看看它，时刻提醒自己、告诫自己，要把时间花在有效的努力上，而不是在什么都还没做的时

候，无病呻吟！

古话说得不错："天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。"为了将来实现更远大的理想，现在必须通过这些考验来增益我所不能。就好比当初通过中考高考我明白了很多道理一样，现在，考研也正在教会我更多的道理。于是，在那个4月，我决定继续执行原定的一切计划，试着用快乐积极的心态做着自己该做的事，不再浮躁，不再彷徨，坚守内心最初的梦想。

第四节 翻译 ：从"初级门徒"到 "武林高手"的蜕变



心态转变好之后，我每天的学习劲头都非常足。我再也不去过多地考虑没用的东西，只是努力完成每天的任务。踏实的付出果然有回报，连续三个多月的努力和积累之后，我终于感觉到了自己在翻译方面的进步。最大的感受

是，当把英文翻译成中文的时候，我终于会说“人话”了：自己翻译的句子不再生涩，读起来的时候还颇有新闻联播的感觉。双语互译的时候，我慢慢懂得如何打破源语言的句子结构对目标语言句子结构的限制和束缚，慢慢开始将前面积累的新的英语词组运用在译文中。

复习来复习去，我在翻译方面有了两个小体会。

第一，究竟是直译还是意译，绝对应该取决于译文的精准度：如果直译出来的译文更准确、更忠实于原文，那么就直译；反之，则意译。但由于汉语和英语这两种语言实在太不相同，所以往往需要在直译的基础上适当意译，即把两者完美地结合在一起，这同时也是现在翻译界比较通用的方法。可是，直译意译相结合，说起来容易做起来难，究竟怎么结合才算好，怎么搭档才能更好地传递原文的意思，这只能通过不断的实践来默默摸索。起初我的练习非常机械，要么就直译，要么就意译，等懂得把直译意译相结合的时候，译出来的东西也非常别扭。后来是通过了半年多的练习，通过把自己的译文和参考译文不断地比较和分析，才慢慢找到了翻译的感觉。

第二，翻译实在太难了。这是真的。它既要求你对两种语言有一定的驾驭能力，又要求

你在政治、经济、文化、历史、文学等很多领域里有一定的知识面。如果没有，译出来的东西要么就是读起来很奇怪，要么就是看起来很浅显，无法达到神似。所以，提高翻译要做的最基本的两点就是：一、提高两种语言的掌握能力；二、积累知识。这两点中随便挑出来一点，都是一个浩瀚的工程，都需要花很长的时间。每当我觉得自己貌似付出了很多但却取得很少的进步时，我就会想到林语堂先生。他是我最敬重的翻译大家，他一生都致力于文学、语言学和翻译学，用一辈子的时间才攀到顶峰。和翻译家比起来，自己做的还是太少太少。

翻译的确很难，但为什么有人就能译得好，而有人就译不好呢？我想，可能是因为火候不到吧。就像练功一样，武侠小说里祖师级别的人物经常在山洞里修行，而小人物们往往身陷江湖恶斗中。在别人恶斗的时候，大人物都在潜心修炼，最后花很久的时间才修得真功。我想，练习翻译也是一样的道理。这样难的东西必须得下苦功夫对待它，像我之前急于求成的做法是不对的。如果说我的目标是成为武林高手的话，那我现在只是门徒级别而已。我必须得耐下心来，花很多心思细心琢磨它，花很多时间来认真对待它，才能达成从初级门徒到武林高手的蜕变。

为此，我像初中时那样买了很多中外名著的双语本来读，有空的时候就研究一下人家是怎么在两种语言间游走的。那个时候买了很多书，无论是文学还是杂志，全部都是英汉双语的。以前用来背单词的时间，现在全部用来看双语书，看的时候自己会在心中默默翻译一下，然后再看人家的翻译版本。

说来也怪，翻译的东西读多了以后，会在自己心里产生一种“只可意会，不可言传”的感觉。渐渐地，我再也不会像以前那样不假思索地随便译一句，然后赶快着急地翻到参考译文去对照，因为我明白了不能只图快而忽略掉精和准的道理，也明白了不能为了完成任务而完成任务，而应该花更多的时间在推敲译文上。每天练习翻译的时候，我都时刻提醒自己：我的目标不是看和人家的译文有多大差距，而是注重当天我又学会了多少技巧，积累了多少知识，只有这样，才能循序渐进，慢慢有进步、有信心，踏踏实实地一步一步往前走。

第五节 心有多大，舞台就有多大



大三暑假时，我觉得翻译方面取得了很大的进步，便决定将复习重点放到别的考研科目上。假期里，我又一次跑到北京去上考研政治补习班。独自在海淀区租了一间很小的屋子，和一帮可爱的北漂女孩们住在一起。她们当中，有刚来北京找工作的，有在北京奋斗多年的，有考研的，有创业的，每个人都有不同的故事，都在梦想和现实的不断撞击中，坚强地坚持着。那一行，我结识了很多伙伴，尤其是共同考研的研友们。即便之后离开了北京，她们也一直给予我各种各样的鼓励。这些人的存在让我觉得，其实朋友关系是不是好，也许和时间长短并没有绝对关系。友谊和爱情一样，是靠缘分的。在我们生命中这些来来往往的人当中，一些人的确在生命中越走越远了，好久不见，见面只是寒暄；而另外一些人，一些和我们有共同奋斗目标和人生理想的人，就这样，远隔千山万水，彼此鼓励着，彼此注目着，心，越来越近了。

从补习班回来后，我对自己的选择更加坚定了，所以内心强大了很多。暑期的校园里很安静，我一个人独来独往，成了真正的“独行侠”。就像那句话说的，孤独是为自由付出的代价。我不再害怕孤独，不再害怕一个人上自习，不再觉得一个人时寂寞空虚，因为我的心里有梦想的光亮，有希望，有对未来的期盼。每天学习十四个小时，却从来不觉得累，反而觉得快乐和充实，恨不得晚上宿舍熄灯了以后，再挑灯夜战两三个小时。人进入状态以后，心情总是很好，感觉全世界都是自己的。胖咸鱼一直不断地鼓励我说：“瘦咸鱼，你真的不知道你有多强大。”她告诉我，终有一天，我会成功的，千万不能放弃，因为放弃的人，是胆小鬼。

大三一年，永生难忘。北大一行，收获了几个心得。第一，人，不应该被自己所在的环境所束缚。如果身边的环境消极，那么就应该主动试着去改变环境，而不是被环境所改变。如果改变不了环境，那么就要努力改变自己的态度，用积极的态度在逆境中搏出一条路。有句话说得好：不要盲目地适应你生存的环境，因为很可能这个环境自身已经不适应这个社会的发展了。第二，人，要超脱出身边所处的人群，拥有属于自己的独特的思想和梦想。人群的思想和梦想是属于人群的，再好或再坏，都

与自己无关。积极向上的东西要吸收，消极萎靡的东西要摒弃。自己作为人群中一个独立的个体，永远都要有自己的梦想和自己的目标。无论怎样，要保持清醒的头脑，看清自己，扬长补短。

从北大回来以后，我真正认识到了什么是更优秀。努力过后，发现这种优秀是可以企及的，并没有像外界说的那样高不可攀。发现即便我是一名来自普通高校的普通大学生，也有权利拥有梦想，也有机会追求梦想，只要敢想敢做，就真的是“心有多大，舞台就有多大”。大三下半学期，通过自己的踏实复习和学校开设的翻译课，我在翻译方面取得了很大的进步。

如果大四不发生保送研究生一事，我一定会按照自己的考研复习方案，一直走下去：复习、考研，然后等待结果。可后来发生了保研一事，我的所有计划都被打乱了，复习考研的一切努力最终也无法得到印证。但即便如此，大三一年，刻骨铭心。

小贴士

关于翻译类书籍

翻译这样难的事情是一定有技巧的，就好比练武功有秘籍、有套路可循一样。市场上讲翻译技巧、谈翻译理论的书籍太多太

多，不同领域的翻译又有各自的小系统需要遵循。由于当时我想考的是北外的高翻院，所以翻译类技术性的书籍我只读过一本，就是高翻院庄绎传先生著的《英汉翻译简明教程》。我觉得类似这样的书籍挑几本好的就够了，读懂、吃透，然后通过自己的实际练习来把书中的技巧运用起来。如果不做翻译练习，只是一个劲地学技巧的话，就好比你只用心读“学骑自行车之无敌手册”而不去尝试骑一样——手册就算读得再透彻，但如果不亲自去练习，那么你就永远都不会骑车。再精湛的技巧、再真实的道理，都得通过实践让它发挥出光彩来。

关于“理性坚持”和“盲目固执”

前文中提到了“傻子的坚持”。所谓“傻子”，是指那些往往不会有太多毫无必要的顾虑，只是单纯地做着自己应该做的事的人。人们遇到困难后容易动摇或换目标，可能是因为害怕麻烦，害怕失败，不愿下功夫，或是懒。其实，无论你选择哪条路，都会遇到那条路自带的痛苦和艰辛，也就是传说中的“whole-package-deal”。无论多么难的事，坚持做就是了，总会有柳暗花明的一天。换目标是可以的，但希望每一步都是上一步的提升，而不是逃跑。

所谓“坚持”，是指理性的坚持。是指当你客观地衡量过自己、分析过形势后，为自己及人生所定下的合理的、正确的目标：如果觉得所定目标合理，就挺过那些困难和挫折，继续走下去；如果发现所定目标并不是很合理，就需要及时做出调整，之后继续前行。这里所谓的“坚持”，并不是“盲目的固执”，例如，明明知道自己已经走到死胡同，依然死不回头。这就好比是“懂得质疑”和“钻牛角尖”之间的区别。

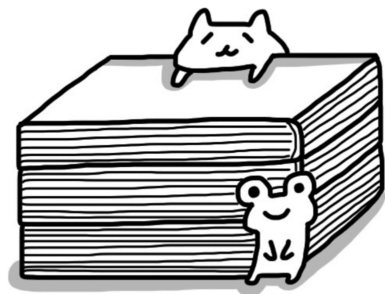
关于“曲线救国”

当初大学本科毕业以后，我决定在出国之前先留在国内读研究生，以为这是一个“曲线救国”的好方法。这么做是因为我当时对出国留学的申请毫不了解，误以为只有本科是名校的人才能申请到国外的好大学，误以为可以通过研究生时读一所好的学校来弥补自己本科背景的不足。但事实上，本科院校的排名或知名度虽然会对留学申请起到一定影响，但它并不是决定因素，不是说只有全国排名靠前的好学校才能申请到国外的大学，更不是说排名一般的普通高校的学生就申请不到好学校。

真正会对出国申请起到决定作用的是你的综合优秀程度。你的优秀程度是通过你提交的所有申请材料体现出来的。这些材料包括——但并不局限于——个人陈述/写作样本（体现你的个人经历、申请理由及英语写作水平），简历（体现你的个人工作/实习经历），出国考试成绩（即GRE/GMAT，托福/雅思等，体现你的英语综合能力），推荐信（体现你的个人素质及专业能力），成绩单（体现你的专业学习成绩）等。这些申请材料有时可以起到互相弥补的作用，例如，即便你本科学校在国内的排名一般，但如果你有特别出色的工作经历或牛人推荐，那么你被录取的可能性也较高。

因此，条条大路通罗马，“曲线救国”的路不止一条。如果你的本科院校或本科成绩并不是很理想，那么也许可以通过优化个人工作/实习经历、找寻牛人推荐等多种方式来弥补。我的个人经历可以适当借鉴，但它并不是唯一的路。

第四章 大四的百味人生



第一节 保研变奏曲



2006年9月17号，是我大四开学的第一天，我们终于荣升到了校园里学长学姐的级别。开学第一天，全院针对大四学生召开了毕业生动员大会，主题大概就是指导找工作的同学如何找工作，指导考研的同学如何考研，以及为全体毕业生加油打气。动员大会上，老师说全国保研政策有变，今年全外院三个系一共

拿到九个保研名额，其中英语系得到五个，全系学习成绩总排名在前二十名的同学都有资格申请保研。这个消息立刻在人群里炸开了锅。妈妈爸爸和周围的同学们都觉得这是一个很好的机会，鼓励我应该尝试申请一下。于是，我便提交了申请函，在等待学校审批的同时，继续努力维持自己现有的考研复习计划。谁想，我之前平静的考研生活，从这一天起就被彻底打乱了。

提交申请函之后，我每天都奔波于系里、院办和教务处，到处找老师写推荐信，找地方打印成绩单，找领导签字盖章，连续好多天都没法按时吃饭，晚上也睡不了一个安稳觉。一个又一个有惊无险的波折，让我彻底感受到了期待、焦急、失望、动摇、愤怒、淡然和欣喜，各种感觉，五味杂陈。那短短的半个月，感觉像是几年之久。大多数学校为保送生安排的复试都在10月中旬左右，可当时已经9月下旬了，我依然终日忙着手续上的问题，无法专心复习复试。

有一天，我去找爸爸哭诉，说最近的生活太疯狂，要做的事情太多，其中有很多事是我无法控制的，因此根本不知道最终结果会怎样，很可能最后不但申请不上保研名额，还会耽误正常的复习，说我后悔申请了。爸爸听完我的叙述后，静了静，说：“要不然爸爸带你去

大草原玩一趟吧？”我睁大哭红的眼睛，莫名其妙地看着他。爸爸问我想不想去，我说不知道。于是，他斩钉截铁地说：“行了，我看你也没主意，还是听我的吧。咱们走，现在就出发！去草原住一个晚上，明早回来。咱父女俩自驾车旅行一趟，让你好好放松一下。你真的太累了。”爸爸很快给公司的人打电话，闪电般地收拾好了行李。我整个人都懵了，一个劲儿地问：“真的假的？现在就走？”

一个小时以后，我们已经开车行驶在去往草原的高速公路上了。车上只有我、爸爸和私人导游三个人。爸爸开心地摸摸我的头，说：“这可是我和我女儿的双人贵宾游啊。”我看着爸爸的笑容，直接就泪奔了。一路上我一直都在哭，想把经历的所有委屈都哭出去。我望着天，惊讶于它纯净的湛蓝色，城市里从没有看到过那么纯洁的蓝色。爸爸放了很多草原歌曲给我听，那些歌曲听上去总是会让人心情舒畅、胸怀宽广起来。车开到盘山路的时候，爸爸一边开车一边对我说：“你看远处的高山，咱们等一会儿就要开到那里去。”我抬头望去，倒吸一口气，心想：好远好高啊，就像人生一样，有一座又一座的高山，等着我去翻越。

车开了很久，终于到了草原，爸爸为我找了一个马队，带着我去骑马。骑到了一个敖包处，导游说当地有一个传说：拿着三块石头，

绕着敖包正转三圈、倒转三圈，然后许一个愿望，把石头扔上敖包，心愿就可以实现。我捡了石头，开始转圈，边转圈边哭，把自己心里所有的话都说给敖包听。之后把石头扔到敖包上，深鞠一躬，许下愿望："愿我拥有坚强的心智，披荆斩棘，自己踏出脚下的路。"

回到营地后，我们一群人围着篝火吃手扒羊大餐，跳舞，唱歌。我整整疯玩了一个晚上。想想自己自从上了大学以后，就像变了一个人似的，再也没有放松过，再也没有玩乐过，这应该是三年以来第一次休息吧。晚上十二点多的时候，篝火晚会结束了，大家都累了，我们三人便回到蒙古包里休息。草原的晚上的确好冷，我躺下之后盖了好多层被子，辗转反侧，难以入眠。

不知过了多久，我突然感觉到爸爸从身后拍我，他轻轻地对我说："艳艳，走，爸爸带你到草原上开车去！"我一看表，已经快凌晨一点了。我说："啊？现在都快凌晨一点了啊！"爸爸神秘地笑了笑，说："走，爸爸带你去寻找一种境界……"我一脸茫然："什么境界啊？"爸爸说："草原深处有狼叫的境界……"还没等我问第二个问题，我已经被老爸一把拉出了蒙古包。

凌晨一点整，天气很冷。爸爸开车载着

我，在黑暗中，从草原深处的蒙古包群开出来，直接开到高速公路上。我一直处于懵懂状态，不知道爸爸这是要干什么，他却一脸兴奋的样子，看起来胸有成竹。晚上公路上车很少，只是偶尔有几辆大卡车会和我们交错。每当对面开来一辆车的时候，爸爸就把车灯从远光灯切换成近光灯。每当爸爸切换完车灯后，对方司机也会礼貌地这么做。即便对方司机不这样，爸爸依然会礼貌地切换车灯。爸爸说："看，这就是人与人之间在黑暗中行走时的默契和尊重。即便他们不这么做，你也还是应该这么做，因为这是对的事。无论他人如何对待你，你应该只做正确的事情。"

　　大概又往前行进了十多分钟，我们便从高速公路上开了下去，开进了草原深处。爸爸突然停下车，说："来，你来试着开一开吧。"我最喜欢开爸爸的车了，听闻此提议，我立刻兴奋地跳到驾驶员的位置上。但汽车启动之后，我立刻就害怕了，因为草原在夜色的包裹下，漆黑一片，没有方向，没有道路。行驶在那里，就仿佛行进在一个漆黑的隧道里。我使劲睁大眼睛向远处望去，还是看不清路。我紧张地尖叫："爸爸，我到底该往哪儿开啊？太黑了，我看不到路！"爸爸坐在副驾驶的位置上，轻松地用左手把住方向盘，说："当你找不到眼前的路时，不要看那么远，要低头看近处的车

灯，只要盯着车前五米被车灯照亮的地方，自然就会找到出路。”我赶快把目光从远处收回来，盯着车灯所照亮的近处的地面，果然看到了路。

开了很久，我们把车停在草原上，灭了灯，熄了火，打开车里的音乐，爸爸放《草原夜色美》给我听。凌晨两点，我躺在车顶上，周围漆黑一片，只有音乐声、呼吸声和轻微的风声。这是我这辈子第一次切身体会到空灵的寂静和伸手不见五指的漆黑。我抬头仰望夜幕，那里有漫天的繁星。我好久没有这样抬头看过星星了，因为都市的纷繁有时会让人忘却了夜晚天空的美。草原上的星星真的好亮，感觉它们离我很近，近到仿佛伸手便可以将其摘取。我和爸爸开始找星座，找到了久违的北斗七星和猎户座……看着看着，我的心瞬间就开了。这些感觉现在写在这里，也许你无法体会到，但这种感觉对于我来说，现在只要一闭上眼睛，依然可以清晰地感受到。



次日早上，开车返回市里。都市的空气依然污浊，交通依然堵塞，但我的心境却不一样了。草原一行果然扭转了局面，带来了运气，我竟然磕磕碰碰地在9月份即将结束的时候，并不顺利地拿到了保研名额，之后马上展开选校的工作。由于本来自己的考研目标就是北外高翻，所以第一个学校就选了北外，除此之外又选择了英语专业也十分强大的北二外。学校定下来之后，便开始了又一轮疯狂的材料准备，下载申请表、填表、打印、修改、再打印。之后把所有的申请信、成绩单、推荐信、材料证明、各种获奖证书复印件等，一起装进了大大的信封，连同我满心的希望，一同放到了绿色的邮筒里，寄向了远方。之后，便是焦急的等待。

9月末的时候，当时其他拿到保研名额的同学们，都已经陆续接到了各大院校发出的复试通知，只有我依然什么也没有收到。我们系保

送的五名同学中，大家都申请了我们本校作为保底学校，只有我没有，因为我实在太想实现到外地读大学的愿望。这也就意味着，如果没有学校给我复试机会，或如果我没有通过复试，那么我的保研名额就作废了，不但会浪费这个宝贵的指标，还要在时间所剩无几的情况下重新拾起自己搁置了很久的考研复习计划。当时我已经完全无心学习，一切复习已经全部被终止掉，每天怀着焦虑和担忧的心情过生活。

第二节 北外高翻复试落马记



终于有一天，当我给北外打电话询问材料审核进度的时候，对方竟然告诉我说：“祝贺你，你的材料通过审核了，10月11号来高翻院进行复试。”当时我惊呆了，第一个反应是：终于有学校回复我了！第二个反应是：只剩下十天的复习时间了！

我根本顾不得想太多，把所有的复习资料都搬回了家，准备利用国庆七天长假在家里拼命复习。我先是上网研究了高翻复试的内容，发现有三项：复述翻译、视译和面试（当年的复试是这样的，不知道现在是否依然如此），没有一项是我以前练习过的！从国庆长假第一天开始，我每天早晨六点钟爬起来，跟着VOA新闻做复述翻译，下午和晚上做视译，直到凌晨两点才睡。整整练了七天，嗓子、眼睛、头乃至全身，都疼到爆。8号晚上在去往北京的火车上，我还一直抱着《经济学人》的文章练习视译。

9号早晨到了北京，在北外旁边的一个小旅馆住了下来。安顿好之后，又开始独自一人在房间里练习，但是心却很难平静下来。我不由自主地回想起一年前，自己独自跑到北京来考察当年高翻复试时的场景，当时觉得又新奇又刺激，没想到一年之后参加考试的人竟然是我自己。又回想到在过去短短的一个月里，生活如此波澜起伏，所有的坎坷和波折不愿再提，只愿记住妈妈爸爸和所有朋友们对自己的鼓励和祝福。我努力告诉自己，不求结果，只希望自己可以用平和的心态迎接未来的一切。

11号早晨，终于迎来了北外高翻的复试。我把这个考试看成是决定我命运的时刻，因为北外是我向往了很久的地方，我把它看得很重

很重，感觉此次一搏承载着未来的一切梦想。可残酷的事实是，我只准备了十天，无论从客观备战上还是主观心理上，都感觉自己没有做足准备，我开始后悔当初复习考研初试的时候，为什么不顺便了解一下复试的内容呢。

早晨八点开考，已经顾不上饥饱的我七点半的时候就空着肚子火速赶到了考场。我以为自己去得已经很早了，没想到走廊里早已站满了人，我瞬间傻眼。当我挤进人群，看了看门上贴的复试人员名单时，又一次傻眼。大家都是来自北大、清华、复旦、上外、川外、北二外以及北外本校的。在几秒钟之内，我心里正反双方的小人儿立刻开始了激烈的口水战。反方：人家都是牛校的，你这个小土人简直就是来打酱油的；正方：牛校怎么了，拿出自己的勇气和信心来。很不幸的是，一场激辩下来，反方的小人儿赢了，我本身准备就不充分，现在更遭遇强手，立马就泄气了，灰头土脸地站在了队伍的最末尾。

考场设在语音室，大门一打开，大家蜂拥而入。我挑选了自己的生日号——21号的位置——坐了下来。当时一心认为幸运号码会带来运气，但其实无论是什么事，如果没有自己的踏实付出做基础，就算给你一万份运气都没有用。

考试的第一项是视译，即给你一篇英文文章，要求你边看文章边进行口头翻译，你的翻译会被现场录下来。记得那篇文章并不是很长，是关于全球气候变暖的。我当时紧张极了，草草地看了一遍，竟然没太看懂，句子读起来既复杂又别扭。反复看了几遍后，才弄懂了意思，然后准备开始翻译。虽然我们当时每个人都带着大耳机，但我还是能听到从别人那里传来的噼里啪啦的快速翻译声。听到人家流利的播新闻般的中文，我立马哑巴了，呆在那里一句话都说不出来。很久以后，才别别扭扭咿咿呀呀地冒出了几句非常幼稚、毫不专业的中文。结结巴巴之后，我感觉自己是全部考生里最后一个结束翻译的人，因为当我翻到最后一句的时候，全班已经鸦雀无声了。失败。浑身上下都感觉自己太失败。擦擦额头上的汗，狠命地掐着手指，我告诉自己要坚持下去。

监考老师效率非常高，第一项完成后，马上换磁带考第二项，复述（即给你播放一段英文材料，你需要用英文把这段听力材料的内容进行完整的复述）。磁带一开始放，我就崩溃了。速度奇快无比，等第一遍放完后，我还在那儿呆着，一个词都没记下来。手抖，我竟然可以看到自己的手在剧烈地颤抖，拍它一下，赶快零星地记下几个单词。听力材料播放完第二遍后，我只记了一些琐碎的信息，然后就开

始尴尬地冲着录音机磕磕巴巴地复述自己记下来的内容。当时我边复述边想：请赶快赐予我一个地缝吧，我现在就想跳进去躲起来。

从语音室出来后，每个人都一副春风满面的样子，我却只想当个逃兵。“死也要死得彻底一点！”我告诉自己，于是呆呆地站在走廊里等着老师叫我的名字去面试。煎熬般的等待后，终于轮到我了。一个老师先给了我一份阅读材料，让我在旁边的屋子里做准备。我看了一眼文章，是关于中国给柬埔寨提供经济援助的。大概两分钟后，我被叫进了面试室。屋里坐了三个非常漂亮且气质非凡的年轻女老师。不愧是高翻院的女老师，她们三人的英语口语水平都非常高，说话极为利索，一看到她们我就想到了大型国际会议上的同声传译员。在这样的考官面前，太难保持自信了，更何况当时的我情绪极其紧张。她们很随意地基于那篇文章向我问了五六个问题，其中几个问题是关于文章中的一些细节的，诸如数字或年份。可紧张的我在读文章的时候，根本没有注意到那么细节的东西。所以，面试这一关也败掉了。考试结束后，我独自一个人走出来，回头看了一眼高翻院的教学楼，心里只剩下落寞。虽然还不知道考试成绩，但我知道失败已经是注定的了。

后来，我总结了考试失败的原因：第一，我绝对承认我当时的水平与其他考生有差距，

我的能力还差得很远；第二，我的心态没有摆正，因为太在乎，所以太紧张，直接导致考场上糟糕的发挥，又是一次“目的性颤抖”的“杰作”；第三，仅有十天的复习时间的确太短了。所有主观和客观的原因综合起来，我失败了。成绩出来之后，果不出我所料，我以几分之差和我的理想学校失之交臂了。

现在想来，这次失败也许并不是一次坏的经历。妈妈说过，任何经历都有它自身的意义，要懂得如何从成功的经历中学习经验，从失败的经历中汲取教训。也许我注定跟北外没有缘分吧。不过，如果当初真的上了北外，也就没有了后面的一切故事。像之前说的，人生就像一局棋，一颗棋子变了，全盘棋就变了。所以，虽是遗憾，但不后悔。

第三节 “范进中举”了



在北京接下来的几天里，我像丢了魂一样

过得浑浑噩噩：北外没考上，北二外依然杳无音信，连是否有复试机会都还不知道。我打电话过去问，对方总是说让等。我记不清那几天自己是怎么过来的，我开始怀疑选择保研是不是正确，开始想如果不保研，而按照自己的既定目标踏实复习会不会更好。我想上网看一下北二外的复试到底考些什么，但当时真的什么都看不进去。每天都觉得害怕，因为不知道未来会发生什么。手机不断地响起，传来一个又一个捷报：其他被保送的同学们已经相继被北大、人大、复旦、山大等学校录取。只剩下我，依然是悬在半空的状态。我看着镜子里憔悴的自己，勉强用“天将降大任”来鼓励自己。但是，一切鼓励都显得好无力。

独自乘地铁出去散心的我，坐在座位上一直在胡思乱想，心里好多话也不知道找谁诉说：不敢和妈妈爸爸说，因为不想让他们担心我；不敢和同学们说，因为不想影响他们复习考研的心情。就这么想着想着，竟然哭了起来，地铁上的人们以为我疯了……

正在这个时候，突然接到一个来自陌生号码的电话。接起来，可地铁里的信号不好，对方杂音不断，只是断断续续地听到：“北二外研招办……你的申请资料……通过初审……15号……复试……请到网上查询……”听到这个消息时，我就像被打了兴奋剂一样，立刻从座位

上跳了起来，在最近的一站下了地铁，冲进最近的一个网吧，赶快上网查消息。是真的，竟然是真的！天无绝人之路！当天是13号，复试就在两天之后！我赶快以闪电般的速度回旅馆收拾好行李，从海淀区转战朝阳区。

之后发生的一切，顺利到难以置信的地步。虽然没有做任何准备，但竟然凭借积极的心态，在北二外的复试中出色地发挥出了自己的水平。虽然当时还不知道复试成绩，但是我觉得我胜利了。回到家之后，觉得过去几天在北京的经历就像一场梦一样，一切感觉那么遥远但又那么真实。后来便又是无尽的等待……

出成绩的当天，我正好在家里昏睡。不知道睡了多久，突然听到电话响了，哈气连天地接起来，对方一个非常清脆的女声说："同学你好，我是北京第二外国语学院研招办，通知你一下，你被录取了。"我简直不敢相信自己的耳朵。我扔了电话，飞奔到电脑前，果然在网页上的录取名单里找到了我的名字。眼泪模糊了眼睛，我使劲把眼泪擦干，试图看清屏幕，但眼泪又滚滚地流了下来。

我第一次感受到了"范进中举"的感觉。

写到这里我都觉得自己有些无耻，又不是被哈佛耶鲁录取，就这样一件小事情也能让我

如此激动。和其他北大清华各种硕博连读的牛人比起来，我只能算是一个无名小辈，这点小成绩也只能是无名的小成绩。但是，对我个人而言，从小时候的不作为、到大学时的顿悟、到之后接二连三的打击，正当我以为一切都要重头来过的时候，竟然有这样一个惊喜摆在我的面前，当时的喜悦真的让人无法抑制。我终于通过四年的大学努力，实现了当年高考时的愿望，考上了外地的大学。更重要的是，我终于通过自己的努力，向出国这个更为远大的目标，迈出了坚实的第一步！

突然，我觉得之前的一切付出都值得了。大学前三年，我每天早晨六点钟爬起来，从日升奋斗到日落，别人玩乐我学习，别人逛街我学习，别人睡觉我学习，别人过节我学习。生活单调又枯燥，但却从没心疼过自己。那个时候特别傻，一心想着我这是在为梦想奋斗，于是每天奋斗得非常起劲。想起大二那年的中秋节，万家团圆，连外省在这里上学的同学们都三五人一起出去吃大餐了，我竟然没有回家和家人吃中秋节团圆饭，而是独自一人在教室上自习。教室里空荡荡的，我边看着绽放在夜幕的烟花，边背单词，竟然变态地觉得自己很幸福。那时每天都给自己制订满满的计划，如果成功地完成了一周的任务，就奖励自己周日下午去图书馆看一部电影，晚上再继续上自习。

现在回想起来，值了，当时付出的一切真的都值了！

第四节 与伊甸园字幕组的亲密接触



当时网上流行一句话：保研的人过着猪一样的生活，找工作的人过着狗一样的生活，考研的人过着猪狗不如的生活。我果然在保研之后，过上了猪一样的生活。没有了考研的烦恼，没有了毕业的压力，我终于可以四年以来第一次体验一下早晨睡到自然醒是什么感觉了。不但体验了自然醒，我那被束缚了四年的贪玩的灵魂，又一次得到了重生和释放。上网聊天，看电影，追韩剧，打网游，唱卡拉OK……我大张旗鼓地理所当然地犒劳了自己。

人从堕落的状态回到奋斗的状态也许需要很久，但从奋斗跌至堕落则可以在瞬间发生。第一周过猪一样的生活时，我感觉很踏实。第二周，舒坦。第三周，自在。第四周，稍有不

安……即便依然面临着大四下半学期的英语专业八级考试、毕业论文和答辩的重重压力，我依然不愿意早早地和安逸的生活说再见，惰性已经不知不觉地把我从奋斗的路上，越拖越远。

正当我乐此不疲地给自己放大假的时候，一个新奇的事物闯入了我的生活——字幕组。其实对欧美电影的迷恋从初中就开始了，因为那时总跟着妈妈看《正大剧场》和央视六套播出的各种美国大片。之后家里买了DVD，每个周末都去碟店租很多电影回来和妈妈一起看。尽管一直热衷看电影，但却对字幕组这个东西没有任何概念，甚至都不知道它的存在。在很长一段时间里，我甚至糊涂地以为每个电影的中文字幕都是这部电影发行后自带的。

有一次，我和妈妈从碟店租来《国家宝藏》看，中文字幕翻译得非常糟糕，已经无法用语言形容了。有一个情节记忆犹新：凯奇跟博物馆的安全人员反映说有人打算偷《独立宣言》，希望对方可以及时采取保护措施，可是人家无视了他的警告。他很愤怒，走出来站在大厅里，盯着《独立宣言》看。旁边的电脑高手问他打算怎么办，他说了一句英文，是全片情节上转折的亮点，大体意思是：既然他们不防备小偷，那么为了不让它被别人偷走，只有我先把它偷走了。我看到这里时狂笑，但妈妈

却没有任何反应。我说你怎么不笑啊？她说为什么要笑？我倒回去一看字幕，天啊，原来中文字幕里讲述的完全是另外一个故事……

从此我暗下决心，希望自己终有一日可以翻译电影，希望自己翻译的电影可以让妈妈能够看懂，做到该哭的地方哭，该笑的地方笑，这样我就满足了。下了这个决心后，从此看电影时，我便会特别留意每部电影屏幕下方的中文字幕。

大三的时候，美国福克斯电视台播出的《越狱》，像一股龙卷风一样席卷了中国大陆。以往大家见面时，都互相问候“你吃了没”，现在见面的问候语基本都变成了“这周你看《越狱》了没”。我也果断地加入了《越狱》迷的行列，每周定时定点收看，心情随着剧情一起跌宕起伏。我后知后觉，直到看到第一季十多集的时候，才突然看到片子末尾有一行字幕，写着伊甸园字幕组的招聘信息。我超级兴奋，瞬间定格，毫不犹豫地去字幕组的分坛报了名，然后开始虔诚地等待。

没过多久，有陌生人在QQ上加我，申请信息是“伊甸园字幕组版主”，我立刻紧张了起来。本以为版主级别的人物一定很严肃，但和这个人聊过之后，才发现她为人热情亲切，而且是一个对英语和电影有着极大热情的可爱女

生。

她给我实习任务做，是一部纪录片，讲的是一帮玩填字游戏的人们的故事。为了高质量地完成这份字幕作业，我前前后后不知道把电影和字幕看了多少遍，翻译的时候反复揣摩，力求译出来的中文最符合影片的情境和人物的说话语气。虽然只有短短三百句字幕，我却在网吧里连续折腾了六个多小时才完成。最后一次挂着字幕看影片的时候，看着自己翻译的句子出现在屏幕下方，跟着人物说话的节奏不断变化，那种感觉实在太神奇了。交完作业以后，依然很忐忑，生怕不符合对方的要求。焦急等待没多久后，版主大人便给我派发了第二次实习任务，她说希望我再做一次任务，以考察我的水平是否稳定。现在已经记不清第二次实习任务做的是哪部影片了，但我依然用同样的重视态度、双倍的时间和十倍的细心完成了任务。终于，我通过了重重考核，顺利地加入了伊甸园字幕组！



加入字幕组之后，我才发现这是一个多么温馨的大家庭。即便大家在现实生活中互不相识，即便大家有着不同的背景、来自不同的行业，但却都怀着对电影、美剧和英语的热爱，并被字幕组这个神秘的组织紧紧地联系在了一起。在我保研成功后的那段萎靡期，字幕组的这段经历填补了我生活和内心的一切空白。我像很久没有喝到水的小草一样，疯狂地吮食着每一部电影任务。一开始抢电影字幕任务的时候，我非常疯狂，不分风格，不分新旧，不分有没有大牌明星的出演，只要有了新片子，我一定会接三百句字幕来做。

渐渐地，我爱上了做字幕这件事，每次做任务时都像第一次那么用心。自己翻译完以后，都会把字幕挂在片子上反复看好多遍，直到保证没有任何错误才会上交作业，连哪怕一个标点符号都不肯放过。每当校对修改完我翻译的字幕后，我都会把修改前和修改后的字幕

挂在电影上，仔细进行比对，看看到底哪里出了错，不理解的地方还去请教人家。

做字幕其实真的非常辛苦，双眼长时间盯着屏幕，在电影和字幕的两个对话框之间频繁切换，同时大脑还要快速思考这句英语到底怎么翻译才对味儿。很多时候都忘记了吃饭，在网吧里一待就是七八个小时。辛苦虽然是辛苦，但当看到“考拉小巫”四个字出现在屏幕上的那一刹那，瞬间就觉得一切辛苦都值了。

做字幕的过程中，我渐渐地发现看电影学字幕，其实可以是一个非常有效的提高英语能力的学习方法。以前看电影时，我只是随着剧情的深入，看个大概，从未真正细心钻研过每一句台词的具体意思。但是，自从开始做电影字幕之后，我的“工作”就要求我必须把每个句子的精确意思理解到位，不懂的词组要查清楚，俚语、口语也要搞明白，不会的地方绝对不能偷懒，因为一旦偷懒不去查，就可能会犯下《国家宝藏》当时的那种错。

此外，我不但要正确地理解英文意思，还得用中国人习惯的说话方式将字幕翻译成中文。虽说整个过程浓缩下来只有两个词——“理解”和“翻译”——我却从中学习到了太多太多，不仅包括英语本身，还包括西方的历史和文化等。这就仿佛是我当初练习新闻翻译一样，只

不过翻译的对象变得更有趣了。

与字幕组的亲密接触，就像和恋人谈恋爱一样，头三个月几乎是疯狂的热恋。加入字幕组的那个寒假，我几乎把整个假期都献给了字幕事业。忘记了即将来临的专八考试，无视掉步步逼近的毕业论文，我享受着保研后的轻松，每天泡在网吧认真地研究着每一句字幕。付出就有回报，不久我就被升为字幕校对，肩上的任务更重了，不但要修改别人翻译错误的地方，还要将别人的翻译语言进行精炼，并加以润色。在版主的介绍下，我又开始涉足电影预告片的听译，以及大片、热片的听译，后来又做了听校。一步一步变得更有挑战性，但也更有趣，从中也学到了更多东西。

记得当初接的第一部大片是威尔·史密斯主演的《当幸福来敲门》，片子刚看过一半就感动得不得了，立刻报名参加听译，在网吧里忙了两个白天终于完成了任务，成就感满满的。接过的最有趣的听译任务是《憨豆先生的假期》，片中的憨豆先生一如往日，诙谐幽默无厘头，我一边看片子，一边做字幕，从头笑到尾，字幕做完却一点儿也不觉得累。接过的最艰难的听译任务是《加勒比海盗3：世界的尽头》，里面那位带浓重牙买加口音的女演员Naomie Harris着实难倒了我，后来才知道其实她出生在英国，操有一口标准的伦敦口音，片

中的口音是被她的牙买加妈妈训练出来的。但就这个后期训练出来的牙买加英语，却也让我花费了不知道多少个日夜。接过的最让人感动的翻译任务是摩根·弗里曼和杰克·尼科尔森主演的《遗愿清单》，讲述的是两个性格迥异的同时处在癌症晚期的老人如何尝试快乐地度过生命里剩余时光的故事，因为实在太爱这部电影，我校对了全片所有1052句字幕。校对字幕的时候，我努力搜寻脑海里最感人的中文字眼，力图将演员想表达的意思用最美的中文呈现出来。直到现在，我还时不时会把片子找出来看一看，看到屏幕下方的中文翻译时，就会想到当时做任务时的情景和感受。接过的最恐怖的听译任务是《电锯惊魂4》的预告片，记得其中有一句台词是片中人物在受惊吓时尖叫着说出来的，为了听清这句台词，我不断地反复重放这个片段，每重放一次，我就受一次惊吓，由于受到惊吓而又一次没有听清，于是又要重放，又受惊吓……

从大四开始一直到来美国之前，我在字幕组度过了大概两年多的时间，从普通组员做到资深版主，前前后后做了两百多部电影、美剧和预告片的字幕，中间还特别荣幸地从影组跑到剧组做了几集《越狱》的字幕，也算了却了我自己作为骨灰级《越狱》迷的一个小心愿。这两年里，在字幕组学到了很多，不仅仅是英

语方面，更是积累了一段难忘的有意义的经历。第一次感受到喜爱电影和英语的人们聚集起来一起努力共同协作的激情，见识到什么是人外有人，天外有天，藏龙卧虎，高手如云，同时也为组内所有人对英语的热爱及他们的无私奉献而觉得感动。因为经历过，所以懂得整个流程有多么辛苦。在这里，向所有电影、美剧字幕工作者致敬。

第五节 天助自助者



再精彩的电影，总是会落幕。每当看完一部电影，做完一份字幕，走出网吧、回到宿舍的时候，我就不情愿地被拽回到了现实生活中。看看镜子，我告诉自己：我不是《蜘蛛侠》里的女郎，也不是《加勒比海盗》里的美女，我只是一个普通高校里即将毕业、还得靠自己打拼未来、如果不奋斗未来就是零的大四学生。之前我一直都告诉自己：我以前学得那

么卖命，现在犒劳一下自己是理所应当的。但是，时间如白驹过隙，转眼就过去两个多月了，我依然给自己放着无限期的假期。内疚感越来越强，焦虑感越来越重。我知道还有很多事等着我去做，我知道我在浪费生命、浪费时间，我知道我应该做出改变，但我却完全没有任何动力。我问自己：我这到底是怎么了？

妈妈果然是一个敏感心细的女人，她察觉出了我的变化。1月初，她发现我连着四五天都赖在家里熬夜上网，便问我："专八什么时候考？复习得怎么样了？"我一听这个询问，心头一紧，竟然厚着脸皮回答道："3月才考呢，不急。"话毕，我都不敢相信自己的耳朵，我竟然说"不急"，其实自己已经心急如焚了！妈妈又接着问："这几天还在坚持听英文广播吗？"我又一次厚着脸皮撒谎道："听着呢。"简直就是睁着眼睛说瞎话，其实收音机的电池都流汤了。妈妈"盘问"完之后，我的脸已经红到了耳根子，再也无颜面对关心我的她，于是我一个人奔回了宿舍。我想，我一定是得病了，心理上的病！

回到学校后，很惊讶地看到舍友在宿舍，她说她只是回来取东西，马上就要返回学校继续上自习。她边收拾东西，边跟我说："最近大家的生活过得都很煎熬，考研有考研的痛苦，找工作有找工作的压力，每个人都有自己的苦

水。”她话音刚落，我就问她：“那你觉得我这段时间过得怎么样？”她想了想，说：“我觉得你有些压抑，变得不自信了。”我听后觉得好惊讶，心想竟然被看出来了。我害怕耽误她的时间，便没有和她多聊，故作镇定，便午睡过去了。

睡醒后，看到桌子上有一张字条，是舍友留给我的。她写道：“亲爱的，睡起来快乐！通过今年的交谈和相处，我真心地为拥有你这样大气、自尊、敏感、坚强、与民同乐的好朋友而欣喜和自豪，而且我已很认真地把你当姐妹看待！你已爬过了很高的人生之山。天助自助者。欲穷千里目，更上一层楼！我们一起加油！”看完字条以后，我压抑了很久的情绪终于决堤了。

是啊，我之前爬过了很高的人生之山。欲穷千里目，更上一层楼。人生不会因为我爬上了某座山，就彻底终止。在人生的美丽画卷中，永远都有更远更高更雄伟的山峰，等待我去攀登。如果因为过去的小成绩，就停下前进的脚步，那么我的人生将只有过去那一点可怜的回忆。过去的成功，不代表现在，更不映射未来。当完成一个阶段的目标时，自己的一切都应该被清零，应该从头开始奋斗。妈妈说，人的顿悟就在一秒之间。当时，我又一次顿悟了。那种醍醐灌顶的感觉，与大学开学第一天

我站在校门口看着新生入学横幅时的顿悟感觉相比，如出一辙。天助自助者，如果我不救赎自己，还有谁能救赎自己？

次日清晨，闹铃六点半响起。我立刻睁开眼睛，从床上跳起来，快速洗刷完毕，拿着落满灰尘的收音机冲下楼。装上新买的电池，找到VOA频道，又一次听到了熟悉的声音。去学校的路上，漆黑一片，但我的心里很敞亮，仿佛可以看到通向未来的光明。我终于找回了自己的决心、毅力、勇气和坚定。这种久违的踏实感，让我心里觉得无比的舒服。我终于战胜了自己，拯救了自己。

现在看起来，这个经历很有一点无病呻吟的味道——对于一个保研的人，有什么资格抱怨生活的不如意？但其实，很多时候，安逸的生活对于我来说，就好比是航海旅行中碰到的海中女妖，她们柔美舒逸，但却带着致命的毒，能麻醉我的大脑，消磨我的意志。虽然保研在短期内解除了我对毕业后的忧虑，但却不能给我带来长远的安全感。从这次经历中，我学到的最大的道理，就是荣辱不惊——人不应该因为失败而气馁放弃，更不应该因为成功而得意忘形。这些道理在我小的时候无数次地绊倒我，现在，我终于通过亲身经历领悟到了它们的真谛。

第六节 “弑”专八及毕业感言



真正找回所有的奋斗感觉时，距离专八考试只剩一个多月的时间了。我拿出之前买的所有专八复习资料，列出了一个详尽的复习计划。看着计划表，心里的那股拼劲又回来了。

复习专八的方法依然和复习以往其他考试一样。第一步，分析专八历年真题，搞清楚考试结构和考核范围。第二步，做一份最古老的专八真题，测验一下自己目前的能力是怎样的，看看哪部分失分比较严重，看看哪部分比较需要补习。需要重点补习的地方，就要作为自己复习的重中之重。其他部分则可以通过做题来维持现有水平。

当时我的复习计划是：听力部分，依然像往常那样坚持听VOA和BBC做泛听跟读练习，并继续精听《英语听力入门》。此外，我还买了上外出版的专八配套听力练习，前前后后听

了大概三十多遍。阅读部分，继续坚持读《经济学人》。此外，还买了上外出版的专八复习资料里的阅读篇来做。人文知识部分，一个字，背。改错部分，买了冲击波系列丛书的改错专项书来练习。翻译部分，依然按照以前复习翻译的方法，用《英语文摘》来做英汉对比翻译练习。此外，我还会抽时间做电影字幕翻译。写作部分，当时练得不是很勤，只是在临考前模考的时候完整地写了几篇作文。其余所有的零碎时间都用来背专八单词。

因为当时是在考前一个月才开始复习，所以时间非常紧迫，每天的复习任务非常重，时间表被排得满满的，从早晨六点到晚上一点，全部呈备战状态，中间从来没有停歇过。我每天边学边着急，眼看着时间一点点变少，但还有那么多任务没有完成。妈妈告诉我：千万不要因为剩余时间多就沾沾自喜，更不可以因为剩余时间少就自暴自弃，能学一点是一点，绝对不能灰心丧气。

那时学校里每天空荡荡的，考完研的同学们都回家过年了。学校放了假，只有英语专业的同学们分散在不同的自习室里刻苦地学习着。我和胖咸鱼反复听着《咸鱼》，反复用“你真的不知道你有多强大”来鼓励对方。三十个日夜之后，痛苦的日子终于熬出了头。虽然后来我的专八成绩离“优秀”只差一分，算是一个小

遗憾，但也依然为大四下半学期战胜了自己而感到由衷的满足。专八过后，我便马不停蹄地开始准备毕业论文和答辩，但由于毕业在即，身边充满了感伤和不舍，所以也并没有放很多心思在论文上。

　　离校的当天，看到主楼门口的工作人员正在为2007级新生的到来制作欢迎横幅。这一幕突然把我拉回了四年前我刚入校的时候。那时，我觉得迷茫和无助，不知道自己到底要怎样才能熬过这既痛苦又漫长的四年。后来，郑老师的出现彻底改变了我，她教会了我学习的意义和奋斗的价值。胖咸鱼的出现使我在奋斗的道路上不再孤单，不再彷徨。我经历了一个又一个大的小的失败与成功，在不经意间竟然慢慢长大了，成熟了。过往四年里的每一天似乎都历历在目。回首再看这个校园的时候，竟然觉得它仿佛是全世界最美的地方，有最美的楼，最美的湖，和最美的人们的笑脸。当初，我是多么希望能早日离开这里，走得越远越好，但当真的要离开这里的时候，我的心里却有一千个一万个不舍。

　　我终于明白，原来环境并不会决定一个人，它只会对人们造成积极或消极的影响。如果你的内心足够坚定、足够强大，那么最后完全有可能是你去影响环境，而不是被环境吞噬。起初刚来到这里时，我内心深处总是觉得

很自卑，因为当自己童年时的好朋友们都去大千世界闯荡时，我还停留在原地。可是，四年后，我不再自卑了，不再因为自己之前的经历而抬不起头，不再因为自己不是出身名校就直不起腰板。相反，我会很为自己的母校骄傲，很为自己是其中的一员而感到自豪。我不再害怕失败，不再害怕被打倒，因为我明白，困难总会有，挫折总会有，就算被打倒，大不了拍拍土，重新站起来，继续前进。青春不怕失败。只要心不死，一切都还有希望。

说四年大学彻底改变了我，一点也不夸张。我第一次懂得了学习的意义，懂得了奋斗的意义，懂得了怎样才能让人生变得快乐充实，懂得了怎样才能让自己无怨无悔，懂得了大学初始觉得迷惘是因为没有目标没有规划，懂得了只有多多摸索多多实践才能找寻到适合自己的学习和人生方向。四年以来，我终于在遇到突发事件时，不会像以前那样手足无措暴跳如雷，也不会哭着向妈妈寻求解决之道。我会先镇静地告诉自己，不要急，努力看清问题的症结在哪里，然后再把大问题分解成小问题，一点一点解决掉。大学四年里，我学会了如何制订计划并执行计划，学会了如何做事有头有尾，学会了自律，学会了坚持，学会了对自己的人生负责任，学会了要坚守对自己及他人的承诺。

在大学里的四年，是我自信心激增的四年。通过四年踏踏实实的付出和努力，我从一个自卑的丑小鸭，成长成了一个自信的大考拉。还记得大一刚开始踏上奋斗旅程的时候，我动辄怀疑自己，做事畏首畏尾，对失败和未知的恐惧感经常像脚镣一样束缚得我动弹不得。

在四年的成长中，我渐渐地学会了如何进行有效的自我激励，以及如何克服内心深处的自卑并使自己的内心更强大。所谓的内心强大，无外乎就是不受外界的干扰，宠辱不惊，走自己该走和想走的路。在以前的我看来，那些内心强大的人都会给人一种很强壮的感觉，好像因为内心的强大，导致他们可以征服一切。但是经历了大学的四年，我发现其实内心强大其实更像是一种沉着稳重的感觉。与其说是去征服些什么，还不如说是去承受些什么。

大学四年，我学会了去承受失败，尤其是成功过后经历的失败。我渐渐地明白任何成功都不会永久地持续下去，因为每一天都是新的。无论今天的你有何成就，明天到来之时一切都会从头再来，正所谓“好汉不提当年勇”。因此，无须去夸耀，无须去留恋，只需铭记历史，然后从头来过。

大学四年，我学会了去承受孤独。很长的

一段时间内，我特别喜欢管自己叫“独行侠”，感觉酷酷的，好像是自己在别人毫无察觉的情况下非常神秘地去干着一番只有自己读得懂看得透的大事业。我渐渐地发现，人只有学会和自己相处，才能去深入地观察自己、认识自己。

大学四年，我学会了去承受未知。因为未知，所以恐惧；因为恐惧，所以停步。不是因为想要停步，而是因为前进与否是自己在未知的情形中唯一可以掌控的事情。然而，这种毫无积极意义的掌控往往会适得其反。因此，我慢慢学会对未来的未知放手，而只去把握目前的已知，选择只去活在当下。

大学四年，我学会了如何去接受现实。并不是说我变得现实，而是说我学会了去坦然面对和接受自己喜欢和不喜欢的一切。经历完大学四年的奋斗路程，我真的发现人生中经历的一切都是有原因的。无论那段旅程你是否喜欢，如果能去细细品味，你都可以从中学到一些什么。

回首大学四年，要感慨的实在太多太多。我在这个校园里留下了最让人难忘的一段回忆，留下了奋斗的足迹，以及汗水、泪水和发自内心的笑容。如果有人问我：大学四年漫漫长路，到底该如何才能让它过得有意义？我

想，我一定会告诉他/她：虽然四年是一个听起来有些长的时间段，但时间不等人，无论你愿意还是不愿意，时间老人会一直悠闲自得地背着手往前走，他既不会等待你的步伐，更不会考虑你的心情。不管你是否做好了准备，四年时间都会以光速在瞬间跟你说再见。所以，清楚自己梦想的人们请赶快去找寻实现它的路；不清楚自己梦想的人们请多读书、多思考、多实践，早日找寻到属于自己的梦想。想做什么，就去大胆地尝试，如果有梦想，就去大胆地拥抱她，就算起初冷清也没有关系，要坚持住。梦想这个东西，何其珍贵，值得我们一生为之奋斗。你如果心里对人家有意思，就别跟人家“玩暧昧”，有种就去放胆追求。就算最终粉身碎骨，也不枉此行，至少可以让自己未来的儿孙们知道，他们的爷爷/奶奶当年也是为自己的梦想奋斗过的，仅此而已。

我在大学四年里做了很多疯狂的事情，认真过，也糊涂过。但现在想来，从成功的经验里学到了很多，从失败的教训中收获了更多。所以，对这样的四年，我真的无怨无悔。但是，就像舍友提醒我的那句话：欲穷千里目，更上一层楼。要想在之后的生活中取得更大的进步，我必须将之前的一切都清零。无论大学里做出了怎样的成绩，必须从毕业后的第一天开始付出更多的努力。未来的生活依然充满着

无穷无尽的未知，关于研究生生活，关于出国考试，关于申请，关于抉择，关于坚持……需要我做的，还有太多太多。

新一轮的奋斗，即将开始。

小贴士

关于“看电影，学英语”

有人认为的确可以通过多看欧美电影和美剧来提高自己的听力和口语能力，但有人却觉得这种方法到最后其实只能沦为饱览大片的借口。就像之前所说的，看电影和看美剧可以算是一种学习英语的方法，但这种方法的有效性因人而异。如果你找对方法，走对门路，并长期坚持，它当然可以算是一种有效的方法：片中既有生动的情节，又有地道的语言，人与人的对话俨然可以被当作托福听力的人物对话来练习，你要是认真的话，还能捕捉到一些西方文化的知识背景和口语俚语，何乐而不为？但是这种练习方法到底是不是有效，关键是在“学英语”三个字上，而不是“看电影”。很多人总是看着看着就进入情境了，跟着剧情的进展自己也“摇摆”起来。到后来，片子倒是享受了，英语却没学到几句。

那到底该如何有效地利用这种方法学习英语呢？

如果你想用它来练习听力，那么关键就在于“听”。首先，找到一部喜欢的电影之后，一定要去互联网上下载到它的英文字幕和中文字幕。下载到正确的字幕很重要，这就好比你练习听力时要有听力原文在手边一样。准备工作做好以后，可以先带着字幕把电影完整地看一遍。彻底了解了电影的内容之后，便从头开始重新看起，这次看的时候，要盖住英文和中文字幕，一句台词一句台词地听过去。一遍听不懂就再听一遍，实在听不懂的话，再拿出英文字幕来看看人家到底说的是什么意思。这个练习的过程，与之前文章中提到的精听《英语听力入门》的方法一样。

如果你想用电影来练习口语的话，那么就要一边看电影，一边对照着英文字幕，每当碰到一句自己不懂的表达法时，就迅速

把它的具体意思查出来，然后记录在本子上。多多积累，时刻记忆，并尝试在自己说口语的过程中运用起来。此外，另外一种练习方法，就是直接拿出中文字幕，看看自己是不是能够把每句中文字幕都用合理正确的英语表达出来。比如，当看到一句中文字幕说“Rachel，我爱你，这辈子我非你不娶”，那么你就要想一想，如果让你用英语表达这句“非你不娶”，你会怎么表达？自己尝试着用英语口语说一遍，然后再看看电影里的人物是怎么表达的。久而久之，自己就可以积累到很多地道的口语表达法了。

那么究竟什么样的电影美剧适合学英语呢？首先，你先要确定一下自己目前的英语能力。如果觉得个人的英语能力属于初级水平，在听力以及单词量方面都是刚刚起步的话，那么可以从比较基础的片子开始看起，诸如在美国很流行的一些动画片。如果觉得个人的英语能力属于中级水平，有较为扎实的听力水平和一定的单词量，那么可以考虑看一些比较轻松诙谐的生活片，尤其可以挑一些片中人物角色中规中矩、不会因为角色的设置而有很夸张发音的片子。如果觉得个人的英语能力属于高级水平，希望通过看电影的方式多积累一些俚语或多学一些与西方文化有关的知识，那么就可以大胆地选择一些比较有专业倾向性的电影或美剧。

目前市面上有很多看电影学英语的材料推荐，网上更是有很多适合练习英语的电影美剧推荐名单。踏实地找出自己喜欢并适合自己现有水平的电影，然后把它钻研透了。重要的一点是，如果真的想通过看电影美剧来学习英语的话，一部片子看一遍是远远不够的，就好比一份听力材料只听一遍不会起作用一样。一定要耐下心来反复研究揣摩，才能达到学习的目的。还是那句话，任何方法、任何材料，都可以是学习英语、提高英语的有效途径，关键在于你如何利用它，以及可以坚持多久。



第五部分 我的飞跃重洋记

——国内研究生生涯（2007年9月—2008年12月）

只要内心够强大，决心够坚定，

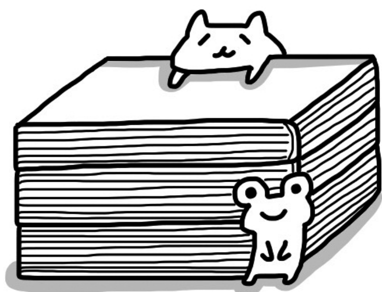
行动够果断，

坚持够持久，

抓住身边的每一个机遇，那么，

每个人都有机会变为强者，变为成功者。

第一章 高分完胜托福之全记录



第一节 追梦路上　没有逃兵



研究生开学的第一周，我每天都处于亢奋状态。梦想了很久去外地上大学，现在终于实现了。开学典礼的时候，我竟然认真地听着每个领导的讲话，并真的把他们对新生的叮嘱吸收进了血液里。我在想，通过四年的大学，我改变了自己的命运，那么现在，我要再次好好利用三年研究生的时间，早日达成自己的出国梦想。

研究生时我的专业是英汉翻译理论与实践，开学之前我就找到研究生的课程表来研

究，看看哪几天有课、哪几天没课，以便为自己制订自学时间计划表。那时候依然没有想清楚出国要学什么专业，只是根据个人的爱好，挑了几个比较有可能的专业，如旅游、传媒等，为此还曾考虑选修一个第二学位，但其实后来也并没有实现。

为了庆祝考上研究生，妈妈给我买了一台笔记本电脑作为奖励。入住宿舍的第一天晚上，我便抓紧时间开始策划我的“飞跃重洋计划”。因为当初一战GRE失败得很惨，我便决定这次先考托福（TOEFL iBT），再考GRE，因为前者比后者稍微容易一些，在难度上比较循序渐进。决定了大致的考试顺序后，我便提前报了次年3月初的GRE作文机考及6月份的GRE笔试。由于托福考位非常紧俏，当初并没有刷到位置，但是为了不耽误我的复习进度，我便决定先开始复习，等一个月后再开始刷考位。我在寄托论坛和太傻论坛上注册了新的账号，快速翻阅了一些关于托福考试的精华帖，筛选出其中重要的内容，并仔细读起来。读来读去，发现帖子里说得有些抽象，于是决定先买些参考书回来看看，好歹先见识一下托福真题的样子。

第一次在网上购买复习资料时，我一共买了三本书：一本是美国教育考试中心（ETS）出版的《ETS新托福考试官方指南》（The

Official Guide，简称“OG”），它是唯一一本ETS官方授权出版的书籍，另外两本分别是《新托福考试全真模考题与精解》（俗称“巴朗”）和《新托福考试备考策略与模拟试题》（俗称“Delta”）。购书完毕后，我心里充满了期待，期待收到参考书的那一刻，期待自己赶快踏上一条崭新的奋斗路，期待自己的心早日沉淀下来，期待一切可以快点进入正轨。

那时候虽然又要上研究生课程，又要复习托福，又想着要找兼职做从而积累自己的工作经验，但却从未觉得苦过累过，从未抱怨要做的事情太多、压力太大，只是觉得一切都很美好，生活很有奔头。自己心里明白，不能太心疼自己、娇惯自己，尤其在奋斗这件事上，不能对自己太心软，必须得可以吃苦，而且要敢于吃苦。记得当时非常喜欢朱莉亚·罗伯茨的一部电影《永不妥协》，喜欢女主角的性格，喜欢她孤注一掷的风格，及对人不卑不亢的性情。有一句话说得好：成功就是一道门的距离，敢敲门进去，你就多一次机会。电影中的女主角做事从来都不放弃，不妥协，不让任何一次机会跑掉，充满了咬紧牙拼到底的精神。这部电影在很长一段时间里一直激励着我，我一直在想，就算出国这条路再难，我也一定要坚持到底，否则这辈子都会后悔。所有的困难，我一定要一个一个把它们克服掉，这次坚

决不做逃兵！

第二节 奋斗的足迹　奋斗的话



【2007年9月】

开学第二周，生活渐渐步入正轨。早晨六点半起床，依旧在步行去学校的路上听VOA，再次抱起陪伴了我四年大学时光的“砖头”收音机，亲切得不得了。八点整自习楼开门，我赶快冲进去占座位，开始了一天的自习。那个时候最喜欢的就是平日里全天没课，或是周六周日的时候，因为我可以不受任何影响痛快地上自习！

当时的阶段性目标是托福，复习方法与之前复习其他考试的方法一样。第一步就是“扫盲”：了解考试结构及考察范围。为此，我在第一天上自习的时候，只带了ETS出版的OG去学校，认真地了解了托福考试的全部结构，看看

考试分别由哪几部分组成，每部分分别有几道题，权重各是多少，答题时间分别如何安排。扫完盲后，第二步就是试做一套真题，来了解一下自己目前的水平。OG里面很人性地加了一些测试题，我就是通过这些测试题来考核自己的现有水平的。传说OG是比较简单的，可我当时只做了六篇测试题，加起来竟然一共错了12个。悲催！认识到形势的严峻性之后，我不敢马虎，赶快开始制订严谨的复习方案。

起初复习托福的时候，我有一点轻敌了。总觉得托福比GRE简单，就以为不用像当初复习GRE那样让自己头悬梁锥刺股，但其实托福改革成新托福（iBT）之后，对听、说、读、写的能力要求更高了，因此网上总有人抱怨说“iBT，真BT”（谐音“变态”）。记得第一次计时练习托福口语题的时候，备受打击，我张口结舌，磕磕巴巴，45秒钟时间过得真快，还没等我说什么，时间就到了。经过了那次尝试，我被严重打击了，掐着自己的胳膊说：“竟然还以为托福简单？竟然敢轻敌？自己庆幸去吧。还好现在只是练习，而不是正式考试。赶快清醒过来，要知道，口语不会因为你每天白日做梦就真的变好，阅读也不会因为你每天自欺欺人就真的变简单！唯一的办法只有练！练！练！”

我这个人就是这样，不缺上进心和要强的

品质，最缺的就是面对事情时的平常心。我总是希望自己可以把事情做得好一些、再好一些，容不得自己犯一丝错误，但真当定下目标之后，又会因为太想把它做好而觉得压力大，进而觉得害怕并退缩。用简单的话说，就是我很害怕以前那种“目的性颤抖”的事情会再次发生。胖咸鱼总对我说：“放轻松，你不是神。”如果真的能把事情做得样样都好，就无所谓成就感了。成就感是在经历无数挫折、克服无数困难、最终取得成功后才会有的内心感受。再说了，其实很少有什么挫折或困难，是真正致命的。只要一直坚持不放弃，终会有柳暗花明的一天。

虽然托福考试对于申请非常重要，但也一定要保持平和的心态。所谓平和的心态，就是兵来将挡，水来土掩，不能因为一点磕磕绊绊就变得着急上火。口语不是不会说吗？那就多说啊！胖咸鱼说得好：“做该做的事，不要想太多！”我经历了口语的打击后，又一次静下心来研究托福的结构，然后调整了学习计划。

执行新学习计划的第一天，早晨六点多的时候，我便从宿舍出发去学校了，一路上一直都在练口语。练习的题目都是托福口语的经典题目，如我最喜欢的地方、最喜欢的人、最喜欢的节日、最难忘的事等。惊讶地发现，当我真的放开胆子说口语的时候，它竟然根本没有

我想象的那么难。当天又仔细地听了OG里提供的口语参考答案，从材料中，我慢慢摸索出了托福口语满分答案的共同特点：即在发音标准饱满的前提下，只要答案有系统的结构，并在考试给定的时间内不间断地、有条理地一直说，即使因为没有说完而被卡断，也还是可以得满分的，因为其实判卷人只是想知道答题人是否有足够的口语表达能力。

接下来的几周，我每天早晨都坚持练一个小时口语，上午听口语课，并很认真地做听课笔记。空余时间我还把口语一二题的各种话题进行了总结，每天按照自己的模板和总结不断地练习，大概不间断地练习了两个多月。那个时候最喜欢的地方就是自习室，饿了的话楼下就是食堂，累了的话可以趴在桌上小憩，烦了的话可以提着大水壶，带着MP3，绕着操场边散步边重复听口语课程。当时走着坐着都在练口语：在学校上课时，眼睛都是放空的状态，因为心里其实正在默练口语；学校开运动会时，要求每天去操场走方队，我也都是边走方队边在嘴里默练口语。

口语部分的复习一直就这样有声有色地进行着，不知不觉地就到了中秋节。新东方托福班的口语课帮了我很多很多，和授课老师系统地学下来，我不但笔记记了一大沓子，还跟着他的进度一起做练习，受益颇多。中秋节前，

我终于听完了所有的口语课。为了奖励自己，我跑到学校的一家小店，花了五块钱给自己买了一块小月饼，就当是过中秋节了。我独自一人边啃着月饼，边在校园里散步。晚上的气温适宜极了，走在带幽光小灯的小径里，想着我这是在为梦想奋斗着，而且在不断克服着一个又一个小困难，就觉得心里实在太充实太幸福了。

那段时间有一部电影特别激励我，名叫《风雨哈佛路》。女主角Liz从小命运悲惨，所有的不幸都发生在了她身上：妈妈吸毒酗酒、精神分裂，半疯的爸爸生活在收容所，父母二人都得了艾滋病。后来妈妈死了，爸爸根本不管她，年仅十五岁的她变成了无家可归的孩子。但她从来没有恨过他们，心中反而一直充满爱和希望。她从小就清楚地知道自己要的是什么。虽然一直生活在恶劣的环境中，但她知道自己必须得通过努力走出那个环境，去到她真正想去的地方。所以，她通过大胆的尝试争取到了在学校读书的机会。她小的时候，周围的人总说她是一个没用的废物，所以当学校的老师第一次宣布她得了第一名时，她甚至不敢相信自己的耳朵。殊不知，她在别人没有看到的时候，付出了无数倍的艰辛。由于自己比同龄人上学晚，所以别人在四年内读完的高中课程，她必须在两年内就读完，只有这样才能和

同龄人同时进入大学——她梦想中的哈佛。别人一个学期选了五门课，她则一共选了十门课。既要打工，又要学习，她却从无一句怨言，刷盘子的时候也在背书，地铁上算好时间也在看书，晚上十二点才离开学校。经过了无数个日夜的奋力学习，最后，她成功了，考上了梦寐以求的哈佛大学。之后便开始有人盛赞她是一个小天才，殊不知，今天的“小天才”和昨天的“没用的废物”，中间只隔了几年时间而已，而其中的酸甜苦辣只有她一人知道。

我在想，虽然我每天做的事情都非常简单，甚至有些机械，而且并不知道未来的结果会怎样，但我依然为有这种有目标、有奔头的生活而觉得开心不已。我最佩服的人，就是像Liz那样有自己的目标，并一直向目标不断前行的人们。不管身边的人怎么看待他们、嘲笑他们、鄙视他们，不管周遭的环境多么恶劣，他们从不在乎，因为这些都和他们朝目标前行没有关系。他们只是专注地努力，做自己该做的事情，过着简单的生活，无论怎样从不放弃梦想和希望。几年以后他们成功了，当路人感叹他们好幸运时，只有他们自己心里才知道自己是怎样做到的。我鼓励自己要向Liz那样，虽然并不知道未来的梦想是否能实现，但中途绝对不能放弃。无论前路多么漫漫，也一定要走到终点。

【2007年10月】

国庆节时，我依然在埋头复习托福。休息的时候，我总会想很多问题。我在想，未来面对我的是一条漫长的出国路，我要打败托福，并要第二次向GRE宣战，然后要展开申请，结果怎样，一切都是未知的。论坛上有人说，出国是一条难上加难的“不归路”。我问妈妈她觉得我到底能不能做到。妈妈又一次给我讲起小马过河的故事：牛伯伯说河水不深，是因为它身材庞大。小松鼠说河水很深，是因为它身材矮小。河水到底深不深，只有自己亲自尝试过才知道。所以，我一定要亲自尝试，不试出个结果来，我是不会放弃的。

“十一”假期结束之后，我已经总结完了口语六道题的模板，并把自己总结的口语一二题练习了很多遍。结束了口语部分的复习后，我便开始转战考试的其他部分。现在想来，当时其实不应该彻底把口语复习断掉，否则也不会有后来口语退步的现象。但是，当时因为时间非常紧张，10月份时还没有开始复习考试的其他部分，所以便做出了不太恰当的考试安排。

不管怎么说，决定转战考试的其他部分时，我重新制订了新的学习计划表。新计划展开后，我每天听课听得都非常认真，跟着教托福的老师们一起做练习、记笔记，同时也跟着

他们的励志之语一起热血沸腾。最经典的一句话是听力老师马骏说的：“当你感到痛苦、悲哀、疯狂、郁闷、崩溃、绝望、想拿刀子插自己的时候，祝贺你，你在走上坡路！你在进步！如果你过着这样的生活并且enjoy这种痛苦，那么更要祝贺你，你已经成功一半了。但是，当你感觉很high、很爽、很兴奋、很开心，觉得生活真滋润，一边学一边嗑瓜子、吃薯片、听音乐的时候，那么也祝贺你，你在走下坡路，洗洗睡吧……”马骏老师还说：“捷径永远是布满艰辛和痛苦的道路，正因为如此，很少有人能走成捷径。”这两句话在很长一段时间内都对我起着打鸡血的作用，马骏老师也在很长一段时间内成了我的精神偶像。

抱着丝毫不敢马虎、坚决不敢走捷径的态度，我认真地听完了所有课程，成功地完成了两周计划表里的所有内容。听完全部课程后，我便全面进入了独立复习阶段，又列了新阶段的复习计划，以周为单位。第一周是试行周，计划是上午复习阅读，下午复习听力，晚上复习写作。运用的材料就是之前提到的Delta和巴朗。

阅读方面，首先是认真地做了Delta里所有的阅读题，觉得它的文章从长度和难度上讲，都跟真题很接近。经过了长时间的练习，我得到了一条心得：对于托福阅读来说，正确答案

绝对出于原文中，很少有超脱文章字面意思、需要自己思考推理的题。所以，只要耐心读，耐心分析，一定能找到正确答案，这也许就是托福和GRE阅读的不同之处吧（这是当时做题时的自我感觉，并不一定适用于目前的考试）。

听力方面的练习方法，很大程度上受了托福听力老师马骏的影响，他的经典语录是："听写是提高听力的唯一途径。你别问，你就听吧！"所以，秉承他的信念，我展开了魔鬼般的听写训练，听写材料就是旧托福的真题。一开始，我的脑容量只能承载15个单词左右长度的句子。经过长时间的练习后，已经可以写下18-22个单词的句子了。不过这也取决于我对听力材料内容的熟悉度，如果是地理课之类的内容，我的大脑只能容得下13个左右单词长度的句子。旧托福的听力虽然较为简单，但是我也没敢把它轻易放过，因为它毕竟是真题。只要是真题，就一定有研究价值。所以，旧托福里的听力段子，听一句，写一句，被我来回"蹂躏"了无数遍。每做完一套听力题时，我还会像研究阅读文章那样认真地研究听力原文，并细心分析每道题的出题思路。

写作方面的进度非常缓慢。讲写作的是李笑来老师，他总是教导学生们每天都要读一遍托福作文题库，但我却很敷衍塞责，一周七天

下来总共才读了两遍。早就应该进行作文题库分类的工作，但是我却迟迟没有开工，总觉得写作好难，总是不想写不想练，看着空白的word文档就没有动力。后来我总结出来了，人就是一种惰性很强的动物。我自己的听力能力很好，我就很喜欢使劲练听力，因为难度低、进步快，学着让自己很开心；我对口语和写作有心理障碍，就死都不想去练习，越不练就越差，越差就越不想练。就这样，好的方面越练越好，差的方面越扔越差，久而久之，产生了恶性循环。我知道应该直面我的弱点，但当时却久久没有付诸行动。

正当我的复习进入第一个瓶颈时，胖咸鱼突然给我打来了电话。我跟她疯狂诉苦，告诉她我每天复习考试快疯掉了，写作不敢动笔写，口语也有很久没有练习过了，而且托福的名还是没有报上，因为考位都已经满了，心里很着急。她听到这里，开始像以往每次那样鼓励我。她又一次坚定地跟我说："瘦咸鱼，你真的不知道你有多强大。事情不会因为你一直在担心就变简单，反而会因为你不行动而变得更加困难。你能做的，就是尽量不去瞎想，好好踏实行动。考位的问题，每天花半个小时在网上刷刷就行了，它也不会因为你担忧焦虑，就自动变出来几个考位送给你。所以，不要因为一些自己无法控制的东西而乱了阵脚。"

那通长达四个小时的电话结束后，我仿佛得到了重生。对啊，我担心写作是为什么呢？就是因为我根本没有练过！我担心口语是为什么呢？就是因为N年前练过以后就搁置了！什么都还没做，进步当然是零，当然会担心！

这么简单的道理，怎么自己就看不清楚呢？我清醒了：口语和写作算什么东西？我要出国，什么也挡不住我出国的脚步！要是不练口语和写作，就无法飞跃重洋！要是不练口语和写作，就无法在加州海滩上散步！要是不练口语和写作，就无法在迪士尼和米老鼠照相！练！练！练！我必须马上练起来！

克服了心理恐惧和复习瓶颈后，我便赶快疯狂地列下了第二周的复习计划，主要目标就是粉碎口语和写作，要做到听说读写，四手抓四手都要硬！在第二周的复习里，阅读方面依然继续蚕食Delta上的阅读练习题。听力方面，也是依然延续上一周的计划，继续攻克Delta。

第二周的复习重点在口语和写作。在克服了自己的消极心理之后，口语方面终于有了突破：我把口语第一题按话题内容重新分了类，第一周里重新总结了人物和地点方面的话题，并全部计时练习了一遍。在练习的过程中，我发现我在45秒钟之内从来没有说完过，因为每道题我都举了三个理由，并要依次阐述。虽然

我的语速已经非常快了，但还是没能说完。这个问题直到最后也没有得到解决。不过就像之前提到的，即便没有说完，但只要答案有条理，发音较标准，在答题时间内一直不间断地说，依然可以得到高分。

写作方面的任务最为繁重：又要看题库，又要列提纲，还要将题库分类，并按类型不断地练习，同时还要搜集例子，丰富句型。一时之间不知道从何下手。我又想到胖咸鱼说的：你就去做，不要多想。于是，我想，就先从题库分类开始吧：每读一道题，就为它分类并列提纲，全部题库看完之后，再开始进行写作练习。于是，第二周里，我按照这样的步骤，消灭掉了几十道题，非常有成就感。

有了第二周的小突破后，我感觉实在太快乐了！事实证明，在困难面前，故步自封，唯唯诺诺，无异于自杀。如果这样，还不如不做。在困难面前，必须蔑视困难，蔑视挑战，要像一个不倒翁一样不被打倒，不被推翻，尤其对于托福和GRE这样变态的东西，就更要从心底里鄙视它们。我告诉自己，试题是死的，我是活的，活的东西一定能战胜死的东西！拼了！

因为第二周进行得很顺利，于是便决定在第三周的复习时，继续延续上一周的计划。第

三周时，阅读和听力两个方面都已经结束了Delta上的题，开始改做巴朗。发现巴朗里的阅读文章虽然有些绕，听力语速有些快，但其实并不像传说中的那么难，只是需要更加细心一些。口语和写作方面延续上一周的计划，继续总结口语类型题，继续为写作题库分类。

当时已经是10月末，我预计在12月初考托福，但因为托福考位非常紧俏，所以我一直没有报上名。那段时间，为了加大刷到考位的几率，我决定每天花一个小时在宿舍刷考位。这个错误的决定，彻底打开了我的懒惰之门。每天早晨在网上刷了一个小时的考位之后，我总是禁不住地想：要不然再刷半个小时吧，没准儿一会儿就能刷到呢。就这么想着想着，无数个大好的上午就这样被我在网上浪费掉了。一浪费时间，当天的计划便无法如期完成，而之后所有的计划就不得不被无限期地延后。

我给妈妈打电话，跟她诉苦，说我为了刷考位浪费了很多时间，每次浪费了上午的大好时间后，连下午都不愿意去学校上自习了，因为觉得那么短的时间，反正也学不了多少东西。妈妈跟我说："时间不是用来计算的，而是用来被享受和利用的。不要因为失去一些时间就焦虑，要懂得有效地利用现有的时间。虽然时间少，但是如果利用率高的话，还是可以做很多事情的。"我在想，现在对我来说，时间，

就是最宝贵的东西了。我必须把有限的时间花在有用的事上，而不能浪费宝贵的时间在无谓的担心上！

【2007年11月】

时间飞一般地进入了11月，虽然依旧没有刷到考位，但它再也不会影响我专心备考的心情了。我只是把全部的心思都集中在复习上，并怀着顺其自然的心态跟进考位信息。奇妙的是，事情总是这样：当你想要得到它的时候，它藏起来不让你看见；但当你心中释然随它去的时候，它反而又追着赶着找上了门。正当我忘记一切、一心复习的时候，竟然在11月中旬刷到了考位！

报上名的当天，心情激动得不能自已，总算有一个固定的截止日期摆在那里了，它立刻给我增加了动力和压力。当时离考试时间只剩下24天了，我火速奔到学校，列好了倒计时计划表，将听说读写四个单项剩下没完成的任务分别分配到了每天的时间中去。我打算继续延续以往的复习方法：阅读和听力继续做巴朗剩下的题，口语和写作将Delta上的题结束掉，尽快转战巴朗。

一有了明确的考试时间，日程立马紧张了起来，一分一秒也不敢耽误，每天严格按照计

划表来进行，该学习的时候学习，该休息的时候休息。那个时候，我感觉自己好像是一名正在执行任务的士兵，目标是要翻越一座大山（托福）。山并不是很高（托福难，但不如GRE难），但由于是一座新山（新托福），所以路途比较崎岖，找不到上山的路，偶尔能看到已经出发的人们留下的模糊的脚印。我试图踩着别人的脚印前行，但是踩下这脚印的人是谁，体力如何，脚大脚小，最后到底是爬上去还是没爬上去，我都不知道。我只能拿他们踩下的路作为参考。也许，选择别的路线，或者用别的方式爬，会更适合我？这一切都是未知的。我能做的，只是去尝试，并通过多番尝试，找到最适合自己的路线和爬行方式。开爬，累了就歇歇，歇好了，继续爬，日升而作，日落而息。

11月中下旬，我进入了复习考试的疲惫期，各方面的进步都非常缓慢，很难再有任何巨大的突破了。阅读和听力方面短期之内是无法再提高了，做好与做不好的区别只有细心和不细心。只要够细心，对选项再认真分辨一下，找到答案后再带回原文重新定位或重新回忆一下听力段子，基本就可以做对。当时巴朗题已经全部做完了，错误率很低，错的题目大部分都是由粗心导致的。写作方面，我一直都逼迫着自己每天写一篇，那时候逼迫自己写作

的方法，就是把写作练习放在每天下午五点半钟准时进行。每次都告诉自己：“现在开始计时写作文，如果写不完，今天就不吃晚饭。”因为扛不住饿，必须得吃晚饭，所以只能赶快开始动手写。这个方法，屡试不爽。

口语方面已经把OG、Delta和巴朗的口语题都练习完了，也已经把各类题目我所能想到的考题都总结了一遍，写出了自己的答案，全部打印出来，厚厚的一沓子，但是因为学得很疲惫，所以并没有坚持每天练习。当时给自己定下了考前冲刺时的要求：必须把所有打印出来的口语总结题都练习到滚瓜烂熟的程度，只要看到一道题，立刻就从大脑中调出那个口语段子，然后立刻开说，不能多想，因为考试时毕竟只有15秒钟的准备时间。口语课老师反复强调，托福口语里最好要准备很多个“万能段子”，不管人家出什么题，都可以稍微往“万能段子”上套一套，而且这些段子必须要反复背熟练会，这样才能在紧张的状态下做到万无一失。我当时还没有练习到这个程度，所以还得再练！再练！再练！

【2007年12月】

距离考试还有整十天的时候，我开始了模考训练。模考时用的是巴朗的最后三套题和托福Kaplan模考软件里的四套题。当时已经不在

乎模考的分数了，只是希望从头到尾串起来完整地做几次题，好让自己熟悉四个小时连续做题的高强度感觉。

模考的过程是残忍的，因为从第一套模考题开始，我就进行了抗干扰训练。进行抗干扰模考训练是从大学里考专四时就养成的习惯。原因很简单：在正式的考场上，我总是会变得非常敏感，每当想集中精力读题的时候，别人哪怕咳嗽一声或是摆弄油笔的弹簧笔芯，都可能会分散我的注意力。

其他考试如此，托福考试更是如此。我从论坛里了解到，考托福的时候，由于人们开考的时间不一样，所以很有可能当我做阅读的时候，别人已经开始听力了；当我做听力的时候，别人已经开始大声说口语了。所以，在这样的情况下，我觉得抗干扰训练是非常有必要的，必须得通过“残忍”的练习来培养自己良好的抗干扰能力。

我制造模拟干扰的方法无比残忍：首先，在电脑上打开暴风影音，放电影；其次，打开Windows Media Player，放课程讲座；再次，打开千千静听，放歌曲。三个干扰同时运行后，开始做题。起初我的干扰声音加得比较小，随着模考的进程，做后几套模考题的时候（除听力部分外），干扰声开得越来越大。

当时总共进行了七次模考练习，模考练习的时间都是和实际考试时间一样的，目的就是要把自己的考试兴奋点调节到每天早晨。七次模考后，我的模考分数徘徊在102到113之间（满分120）。我很认真地分析了每套模考题，看看做对的题为什么对，做错的题为什么错。然后又把每套卷子的听力题按照精听《英语听力入门》的方法听了无数遍，把阅读题的文章也都研究了一遍。整整七天的模考训练结束之后，我便收拾行李搬到了考场附近的一个小旅馆住，为12月10号的考试养精蓄锐。

当时在网上看到一个托福考友写的帖子，作者对他所期望拥有的考试状态总结了一句话："天外飞仙的灵感可遇不可求，四平八稳的发挥心满意足矣。"我觉得这句话也很好地总结了我对自己的期望，我只希望自己能平平稳稳地发挥出平日的水平就可以了。我最害怕"目的性颤抖"，希望自己不要因为太重视这次考试而发挥失常。平常心，真的是最最重要的。

第三节 圆满的托福　圆满的2007



考试当下的四个小时真的过得飞快。准确地说，真正进入考试状态以后，根本没有心思去考虑时间了。我的心只是跟着电脑屏幕一页一页地进入到下一道题。不幸的是，考试时遇到的阅读题非常难，应验了当时人们网上盛传的“托福阅读的难度直逼GRE”那句话。阅读部分做完后，我双手冰凉，心想如果这次考砸了，一定全砸在阅读上。幸运的是，老天爷眷顾我，的确给我加试了听力部分（即多做一份听力试题）。虽然考听力时由于受到前面阅读的影响而有一点小乱阵脚，但由于听力是我的强项，所以还是平稳地做完了。口语部分的难度和平日模考的难度差不多。考试当天，六道口语题没有一道是我完整说完的，每次都是说着说着，在时间到了的时候被自动卡断，但还是感觉发挥出了平日的水平，至少在有限时间内我是一刻不停地一直在说。等答到写作部分时，我已经觉得全身麻木了，浑身上下毫无力气，感觉大脑细胞都快被抽干了。写作部分答

得非常保守，只是把刻板的八股文那一套用上了，感觉文章的论驳并没什么新意。

走出考场的时候，已经没有力气走路了。天上飘着鹅毛大雪，我坐在路边的公车亭里给妈妈打电话。我说考得不是很理想，尤其是阅读部分，感觉非常难。妈妈说没有关系，尽力就行了。坐在从考场回学校的公车上，我希望那个公交车能开得慢一些，再慢一些。我透过车上雾雾的玻璃观察外面的人与物，感觉自己已经好久没有像这样静静地观察这个世界了。我在想，街上行走的每个人都有自己的身份和故事，都曾经历自己的悲伤和快乐。我也是如此：我花了那么久的时间复习这个考试，本以为考完以后，我会尖叫着跑出考场，出去找朋友们一起庆祝，但是我没有。我开始担心，很担心，像每次考完试之后那样担心结果。

我开始痛苦地等待出分，每天都看论坛里人们对考试的各种讨论，却很少去回复些什么，变成了真正的“潜水党”。我跟胖咸鱼说考试发挥得不如我想得那么好，我说我真笨，连学校的课都不上了，全脱产地把所有时间都放在复习考试上，可还是考得不理想。她问我：“成绩出来了？”我说还没有。她笑着说：“成绩还没出来呢，你自己瞎操什么心？”胖咸鱼说，就算真的考得不理想，也不应该因为这一点就怀疑自己的能力，甚至怀疑自

己到底能不能达成自己的梦想。胖咸鱼说，要勇敢，勇敢，再勇敢，即使前途多艰难，也要一直走下去。

学校自习楼的正对面，有一尊周总理的半身雕像，黑色的，很高很庄严。雕像前永远都有鲜花一簇一簇地整齐摆放着。如果我休息散步花了一个小时的话，那么通常有半个小时都是站在雕像前和总理聊天。我一直都在想，一个治理国家的人，遇到了那么多我们平常人难以想象的困难，可他却从未低头，从未放弃，从未退出，那么我们遇到这些毛毛虫般的所谓困难，所谓压力，所谓挫折，还有什么可抱怨的呢？如果我因为考试没考好这种小事就灰心丧气的话，我就会想象如果他是我，他会怎么做。这样想想，自己就有勇气了，因为我知道他一定会不顾一切坚强地坚定地继续走下去。那个时候，周总理就是我的精神偶像。每当我努力了，我就会很开心地跑到他面前，向他汇报好成绩；每当我堕落了，我就连着几天不好意思过去看他，因为害怕看到他“失望的样子”（纯属个人幻想）。

那段时间，我读了很多名人传记，试图从其中找到让自己内心变坚强变强大的东西。读书的时候，觉得生活真简单，精神真快活。我觉得，有时候人总会在浮躁的社会和生活中变得浮躁，甚至会变得比社会本身都更浮躁。只

有书和从书中得到的力量才能让自己沉淀下来，静下来。静下来后，才能找到自己最初的方向。记得有人说过，读书是为了与作者进行对话，从而建立起一个强大的心灵国度，这个国度可以保护你不受外界的影响，不被腐化，让你变得坚定，并坚信自己的选择。我看到书中的每一个人在当初奋斗的时候，都经历过更大更致命的打击，顿时觉得自己太脆弱，太需要修炼，太需要在关键的时候坚强起来。

考完试后，正值妈妈的生日和圣诞节。我为她庆祝了生日，与朋友们一起过了圣诞节，痛痛快快地为自己放了两个多星期的大假，把考试成绩的事情忘得一干二净。在最不记得它的时候，成绩突然被公布了出来。在电脑前紧张无比的等待后，一连串数字跳入眼帘：阅读26分，听力28分，口语28分，写作30分，总分112分（单项分别为30分，满分120分）。刚查到成绩的时候，我和舍友抱作一团，尖叫了好半天，大家一起高喊着“112”，我都不知道是在做梦还是真的，这个成绩比我当初想的要高太多了。

平静下来以后，我仔细研究分数。阅读26分，果然考得不是很理想，是四项里分数最低的一个。听力28分，果然受了阅读的影响，当时本以为四项里只有听力有得满分的潜力，但却没有得满分。写作竟然是满分，看来每天晚

上扛着饿肚子的危险、坚持一日一篇果然有效果。

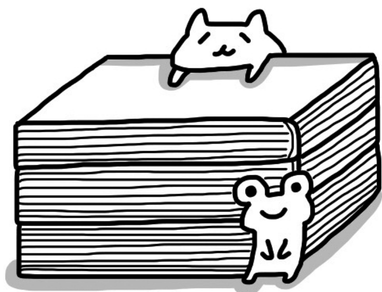
最让我惊讶的是，口语竟然28分！我顿时想起一个月前自己站在走廊里疯狂练口语的情景。当时因为害怕，迟迟不敢开始练口语，直到最后十几天的时候，才狠心地打印了所有的口语题，一题一题地反复练习。12月里天气越来越冷，楼道里也很冷，但是我每天都把板凳从自习室里搬出来，坐在楼道的走廊里，把电脑架腿上，一边计时练口语题，一边给自己录音。说一道录一道，录完以后认真听，不满意了就重录，每道题都是录到自己完全满意的地步才继续练下一题。当时我一直在矫正牙齿，满嘴上下都戴着布满细铁丝的牙套，由于练口语的缘故，嘴唇和舌头总是被无数次划破，一被冷风吹就特别疼，吃饭的时候也很困难。当时还因为这个哭过，但现在回想起来，觉得一切都值了！

我真的觉得，当自己真心为一件事奋斗过、累过、哭过、笑过，当它有了一个自己满意的结果时，那种感觉实在是太爽了。虽然我明白有牛人可以托福得满分，有更多牛人短期复习一下就可以得115+的分数，但是，对于我这个每天都艰难地徘徊在从不牛到牛的蜕变之路上的普通人来说，有112这个分数我真的已经太满足了。这个分数绝对是对我上一个阶段付

出的最好回报。

托福的胜利为我的2007年画上了一个圆满的句号，它同时也是我飞跃重洋路上迈出的坚实的第二步。告别2007年，迎来2008年。对国人来说，这一年是我们等待了百年的中国奥运年。对我自己来说，这一年是我要第二次迎战GRE，并展开申请的出国年。好汉不提当年勇，我提醒自己要马上让自己从之前托福的小胜利中抽身离开，沉淀下来，尽快投入到新一轮的战斗中。过去付出的一切有了回报，是好事。但是，为了在未来能得到更多的回报，我必须马不停蹄地继续付出下去！

第二章 GRE 叫我如何说爱你



第一节 作文5.5之浓缩心得："写"就一个字



【2008年1月】

2008年的第一周，新年新气象！我将要第二次迎战GRE。第一次考GRE时还是在大三，由于心理状态差且临阵脱逃，彻底败在了它的脚下。我很清楚，这一次的"战争"绝对不会因为我以前考过就轻松到哪里去。为了给上一次雪

耻，这次我必须花十二万分的心思来对付它，誓死不能做逃兵！

寒假的时候，我带着所有复习资料回了家，当别人都在享受假期、迎接新年的时候，我已经急不可待地踏上了征服GRE的征程。我首先花了一整天的时间在论坛上搜集各种各样的GRE学习资料，下载遍了各种精华帖、扫盲帖、经验帖、分享帖，认真整理，仔细阅读。我把新买的挂历翻到3月份，在3月3号的那一天上用鲜艳的笔画了一个大大的圈，标注："考拉迎战AW！"（GRE作文考试叫作Analytical Writing，简称AW）。GRE作文考试，便成了我下一个阶段的奋斗目标！

GRE的作文考试分为两个部分，分别是Issue（议论文，谐音"一休"）和Argument（驳论文，谐音"阿狗"）。为了搞清楚优秀的官方范文是什么样，我从网上买了两本参考书，分别是《GRE写作5.5·ISSUE篇》和《GRE写作5.5·ARGUMENT篇》。参考书买好后，我又把第一次在新东方上GRE班时做的课堂笔记拿出来看。虽然大三那年考过一次GRE，但时隔两年，对它的记忆已经完全模糊了，只能从头做起。

当时的复习计划是打算在过年前把所有的课堂笔记都看完，然后过年后开始自己独立复

习。为了按时完成任务，我每天复习两节一休课笔记和两节阿狗课笔记。第一次考GRE时心态没有摆正，所以当时复习时并没有认真下苦功，虽然学了很久，但真正吸收进去的却非常有限。也许正因为如此，我第二次复习的时候竟然什么都不记得了，看到题库里的作文题都觉得非常陌生，好像从来都没有见过一样。即便如此，吸取了上次的失败教训，第二次时我已经能更诚实地认真面对它了。遇到每道作文题，我都毫不欺骗自己地去主动思考题目。复习课堂笔记的时候，我都非常认真，丝毫不敢打马虎眼。

很快，用了两周多的时间，我复习完了全部AW的课堂笔记，终于赶在过年前完成了这项任务。当时仔细算了一下时间，除了过年的几天和中间有可能发生的诸如走亲访友等突发事件以外，满打满算我只剩下整整30天的复习时间了。当时已经根本顾不上想其他没用的，只是想抓紧现有的时间，能多复习多少，就多复习多少。

【2008年2月】

进入2月份，摆在我面前的第一件事，就是如何合理有效地规划时间。庞大的作文题库里，整整244道一休题和242道阿狗题，在短短的30天里，我既要读题库、列提纲，又要练写

作，还要储备背景知识，搜集各种作文中用来论证时举的例子，到底应该如何分配时间呢？

关于这个行动方案，我想了很久，想来想去也没有想出一个可行的方案来。最后我突然想到，这是作文考试，它考核的是我的写作能力，所以最好的策略只有一个字，写！其实这不是什么策略，只是人人都知道的道理罢了。说到头，就算我知识储备了一大堆，好文好句背了一大堆，提纲全部列完了，到头来，还是得通过自己的手和脑把文章呈现在纸上。如果一天不动笔练习，那么其他东西总结得再多也无济于事。

关于阿狗，我的策略就只有写。我告诉自己：先别管你的语言是不是闪光，只要你知道这里有逻辑错误，你就写，通过列举他因的方式来批驳文中充满漏洞的逻辑推断。暂时先不用太担心遣词造句的问题，只要用最通俗的语言驳斥它，把自己的理论阐述清楚就行。只要先有了辩驳思路，那么精炼语言之类的就简单多了。起初还不打算精列每个阿狗题的提纲，只是打算先认真地看上几十道题，掌握其中的逻辑错误规律，之后再开始总结提纲。

而关于一休，由于它是议论文，所以关键更是在于多写。记得当时复习托福作文时，正是因为后来几天一直坚持每天都写一篇，所以

才在写作方面有了很大的进步，最终得了满分。说实话，我总觉得作文难，是因为我从心理上害怕它，不敢写。这一次，为了敢于动笔写，我给自己定了死任务：把一休题库按领域分类，然后在每个领域里挑出高频题，每天写一篇，关键词是“每天”！

于是，2月初的时候，我列出了大体的学习计划：阿狗方面，每天分析十道题，找出题目的辩驳点，总结经典的辩驳句型并牢记，同时按照从高频到低频的顺序，每天至少写两篇阿狗文章；一休方面，按题目涉及的领域（诸如教育、科学、文化、历史等），每天总结一类题并列提纲，同时按照从高频到低频的顺序，每天写一篇一休文章。此外，其余琐碎的时间都用来“广博诗书”，搜集例子。

执行新计划的第一周，我先花了一上午的时间仔细研究ETS的官方评分标准，之后又非常认真地研究了ETS提供的阿狗和一休的官方满分范文，认真到连范文的整体架构、起承转合、论证举例、遣词造句等都被我研究得透彻到不能再透彻的地步。研究完后，我突然从那么多篇范文中体会到一种关于GRE高分作文之间只可意会、不可言传的共同点，发现把那些高分文章放在一起比较，的确是有规律可循、有模板式架构可以参考的（见小贴士）。

趁着那股感觉，我马上挑了一篇阿狗最高频的题目，奋笔疾书，写下了自己的第一篇阿狗文章。没管语句美不美，只顾着把辩驳思路搞完整，计时的情况下，狂飙了近七百个单词。写完以后，心里感觉非常舒畅，好歹是迈出了复习作文路上的第一步。这更加坚定了我的决心：一定要“坚持写”，“每天写”一篇一休和两篇阿狗，雷打不动！

展开写作练习之后，我便化身成上了弦的机器人，每天早晨七点独自一人骑车去学校上自习，晚上八九点钟才回家，乐此不疲地执行着我的复习计划，一篇又一篇地写着。每天完成一个任务后，将它从计划本上划去，心里乐极了。别人都在忙忙碌碌地置办年货，享受着过年的喜庆气氛，只有我一个人像疯了一样，一点都不敢放慢复习的脚步。很多次家人朋友叫我去吃饭，我都没有去，虽然心里真的很想去和大家聚一聚，但是眼看着一天一天逼近的考试日期，眼看着计划本上满满当当的任务，我真的不敢有所耽误。

妈妈跟我说，她看着我每天这么辛苦，觉得很心疼，但我却丝毫没觉得自己苦过。相反，每当完成了某一个小的阶段性任务，或者在写作水平上有所突破之后，我都快乐得不得了。那种充实感和满足感，简直比过年都要让我开心。我心里很明白，选择出国的时候，就

已经注定要踏上一条很苦的路，注定要放弃很多东西，注定要过着不怎么轻松的日子。但我也一直坚信，没有苦就没有甜，今天所吃的苦，在明天一定会有所回报，就算明天没有回报，后天、大后天、大大后天，早晚也是会有回报的。没有哪些积累是白积累的，当它积累到一定程度，一定会产生质变，一定会为人生带来新的可能性和新的希望。

脑子里想着这些自我激励的话，行动上继续像机器人一样不间断地练习着。由于我本身就对语言比较敏感，加上高效的练习，一周多后便取得了非常大的进步。写了将近十篇一休和二十篇阿狗之后，我明显地感觉到了这种进步：不但写作速度越来越快，思考时间越来越短，文章的字数越来越多，连写作思路都变广了。掌握了固定的行文套路之后，写起来的时候不但非常顺手，而且也不会担心字数的问题了。

练习作文的时候，胖咸鱼帮助了我很多。我写完的作文总会发去给她看看，向她询问她对我作文的感觉。她很诚实地告诉我："虽然文章写得越来越长了，语言读起来越来越有native speaker的感觉，但总觉得你的论证有些空洞，例子方面有些匮乏。"

我一下就警醒了！人们都说，生动的论证

最能打动人，如果一直生硬地讲大道理，别人听起来也不容易相信你的观点。因此，我便决定花一些时间在搜集例子和积累论据上面。当时认识一位GRE考友，他在搜集例子方面提了一个很好的建议：每天花半个小时总结一位名人，把这位名人的生活、工作等方方面面的内容都浏览一遍，然后把可以在作文中利用到的点提炼出来进行整理。我觉得这个建议特别好，于是便开始实行。

这种积累一直坚持了二十多天，前前后后一共总结了二十多位名人的例子。久而久之，各个领域的名人故事都学会了不少，而且都是其他考生很少会用到的比较偏的例子。这样一来，我在举例子方面便更加得心应手了，我文章里的论证在一个又一个巧妙又对口的例子的衬托下，也显得更加可信有力了。这些总结下来的例子，后来在考场上也的确派上了用场。

过大年的那几天，我终于没能抵住外界的各种诱惑，忙着走亲访友、吃喝玩乐，复习的进度便慢了下来。那几天只是装模作样地写了几个提纲，根本没有写任何文章，连写作的模考软件都没有打开过，感觉很内疚。大年初四当天，我狠下决心，重新提笔试写了一篇一休和一篇阿狗，但是结局非常惨痛：一休虽然没有超时，但却觉得写出来的东西变得很空洞，过分纠结于遣词造句，浪费掉了很多时间；阿

狗方面因为看过范文之后知道应该写得很具体，于是就反复提醒自己要写具体、写具体，但结果却严重超时了。模考完以后，心情非常郁闷和焦躁。这次模考的失败只证明了一件事：写作练习绝对不能停！只要每天还有一口气在，就必须坚持每天写！不管怎样，要每天写！每天写！每天写！

有了这次小退步之后，我提醒自己：继续窝在家里不是办法，既然年都过完了，还是应该尽早回北京去，好让自己可以在学校的自习室里找到学习的感觉。于是，我决定即刻“班师回京”，准备抓紧最后的十几天再多练练，多写写，找回之前的感觉来。

回到北京后，学校还没有开学，到处都是冷清一片。我附和着冬天萧索的校园景象，自己的心情也萧索了下来。我每天待在宿舍里不吃东西不喝水，只是在网上看电影，做字幕。每次一想到去学校上自习，就想象自己一个人在自习室学习的可怜样，然后就打消了这个念头，继续窝在宿舍里上网……我搞不清楚自己为什么那样，还剩半个月就考试了，自己却躲在宿舍里颓废！行动力也消失了，意志也消沉了，来时在火车上对自己说的那些豪言壮语完全忘光了。我跑到论坛上，潜水看考友们的状态，发现大家都在紧锣密鼓地准备着，只有我一个人躲在这里无所作为。

我问自己：之前那么好的备考状态到底去哪儿了？我等啊等，企图通过消耗时间来让坏状态消失，让好状态回来，但是却越等越郁闷，越等越消极，越等越空虚。我突然回想起来大四保研结束的时候，我也遇到了这样的低谷期，也有这样的空虚堕落感，当时也是像现在这样企图通过等待找回感觉。我想到胖咸鱼那时对我说：“状态不好，不是说坐在那里干想就能把状态想回来的。”是啊，我怎么又不记得了呢？状态不是空想回来的，而是需要去行动，通过行动取得进步，通过进步肯定自己，通过肯定自己，让心里变得踏实，然后才能找回状态和感觉。

我秉持这个理念，第二天一大早，没管心情好不好，状态佳不佳，强迫自己冲到学校去自习。虽然只学习了半天，效率不是很高，但因为自己做出了行动，而感觉不那么郁闷了。第三天继续学习，状态又好转了一些。等到第四天的时候，看着自己前三天完成的计划，心情彻底好了起来，虽然说不上激情昂扬，但我能明显感觉到状态在一步步地好转回来。由于前五天没有好好学习，进度落下了很多，算了一下，今后的每一天必须以加倍的速度学，才能把之前落下的计划全部补回来。

当时只剩13天就考试了，我跟自己说：撞破头也要坚持下去，虽然最近感觉非常痛苦，

身心疲惫，但是不能让之前的努力前功尽弃了，一定要坚持下去！我决定把题库里所有作文题的提纲重新写一遍，这样可以加深记忆，于是以每天50道阿狗提纲和50道一休提纲的速度开始写，边写边记，像背单词一样。就这样，没日没夜地学啊学，没几天就把所有的提纲都写完了。我把写好的所有提纲打印了出来，看着自己的成果，心里觉得特别有成就感。拿着这些提纲，我每天走着也看，坐着也看，排队的时候看，吃饭的时候看，很快便提高了对题库里每一道题的熟识度。

距离考试还有一周的时候，我闪电般地转入了考前冲刺期。我开始尝试每天写两篇一休和两篇阿狗，只有在其他计划没有完成的时候才降为一篇一休和一篇阿狗。训练强度提上去以后，进步幅度也逐渐加大了。为了给自己加大难度，我把模考写作的时间设定为一休40分钟和阿狗25分钟（在规定的考试时间上分别减少5分钟），并在每次写作的时候都给自己加干扰噪音（诸如电脑里播放电影、讲座或音乐等），以便锻炼自己的抗干扰写作能力。很快，我便找回了当时复习托福作文时的那种感觉。

当时，我的写作考试被安排在一个周一。之前那一周的安排是：周三，把所有的提纲按照从高频到低频的顺序全部浏览一遍；周四，

回归到最原始的官方范文，将范文再仔细研究一遍；周五，最后一遍整理从范文里积累到的阿狗和一休的优美语言；周六，把自己总结的所有名人例子重新再读一遍，然后出发去考场周围找地方住。

临考前这几天的奋斗，说来有些戏剧化。之前由于考托福的缘故，结识了好友皮诺曹同学，通过他的介绍我又认识了豆豆和爽爽等出国考友，大家因此组成了威武无比的“寄托飞跃小分队”（“寄托”为GRE、TOEFL两词首字母G、T的中文谐音）。从我疯狂奋战GRE作文开始，小分队的成员们就每天在一起上自习，大家奋斗着不同的考试，但却怀揣着相同的梦想。从此我一个人再也不觉得孤独了：一个人崩溃，大家一起鼓励；一个人突破，大家一起庆祝。

由于小分队成员的鼓励，我丝毫不敢懈怠，最后一周的复习非常发飙，超额完成了所有的学习计划。完成复习任务的同时，也不忘继续积攒人品：校园里、食堂里、自习室，看到哪里有垃圾要捡、废纸要收、盘子要端，我都会一个健步飞奔上去。谁要是跑来向我请教学习经验，我都恨不得倾其所有地跟人家分享自己所有的备考经验，自己积累和总结的学习资料更是二话不说地跟大伙共享。此外，我每天都会和周总理雕像聊天，有进步的时候随时

汇报。我每天都跟他说：请保佑我发挥正常吧，因为这样恶心的考试，我真的不想再考第三遍了！

【2008年3月】

终于熬到了考前的那个周末，周六时我就独自一人搬到考场附近的小旅馆住。第一个晚上完全没有心情学习，看了两部电影后，就昏昏沉沉地睡了过去。第二个晚上做了一个恐怖的梦，梦到考试时自己抽到了一道题库里根本没有，而且我完全不会写的题目，最后一打听，原来是ETS换题库了！从梦中惊醒，大惊小怪，幸亏是梦，冒了一身冷汗。

考试当天，一大早就赶赴考场。之前填表的时候一直觉得肚子隐隐作痛，一次又一次地向卫生间冲去。去卫生间的路上，突然想起某天看提纲的时候，不知道为什么，总有预感觉得自己会抽到一休第51题。于是，趁没进考场前，我在心里好一顿盘算："如果真的抽到一休第51题，那么我就这么写这么写……"

在考场上，我跳过电脑屏幕上前几个环节，直接开始答题。一休二选一的屏幕一跳出来，定睛一看，我惊呆了！两个作文题目不但都是我之前练习时写过的，而且其中竟然真的有一休第51题！见状，甭提我当时心里有多乐

了！于是，我先坐在那里偷笑了两分钟。因为之前模考的时候，我给自己设定的写作时间是40分钟，所以我用多余的几分钟好好思考了一下该选择哪道题来写。虽然两道题都写过，但是觉得一休第51题更容易写出彩，于是就选择了它。一休方面洋洋洒洒地狂飙了九百多个单词之后，阿狗竟然又被我抽到了超级高频题。我眉飞色舞，十指在键盘上快速飞舞着，大脑不停地想："一切的付出都没白费，一切的人品都没白攒，值了！"

从考场出来的我，乐得直不起腰。考试之前就跟小分队的成员们商量，如果我抽到了高频题，那么考完以后一定要写一篇博客文章，叫《我被高频撞了一下腰》。这下可好，我被高频撞了两下腰，撞得我简直直不起腰。

从考场坐公交车回学校，依然像三个月前考完托福后坐车回学校一样。我怀着踏实和舒服的感觉，把头轻轻地靠在公交车的玻璃上休息。闭上眼睛，我想了好多好多。头脑里仿佛还能回想起自己几天之前疯狂写作的样子，一转眼，我竟然已经考完了，奋斗的日子过得真快啊。虽然当时还不知道作文成绩，但因为觉得发挥得很好，所以心里很满足。突然觉得，每次做事情之前，都会觉得很痛苦很痛苦，仿佛那件事很难的样子，但每当克服掉那种痛苦的感觉，真正开始做事情的时候，却又感觉其

实很多时候，事情往往没有我想得那么难。现在，出国申请路上的考试里，托福、GRE作文机考、GRE笔试这三座大山，已经被我攻下两座了。我一定要趁着现在的胜利气势，将第三座大山也火速拿下！

未来的路途上艰难险阻还有很多，我要继续加油！冲！冲！冲！

第二节 十天挑战GRE单词



GRE笔试第一大关：GRE单词！

距离上一次背GRE单词，已经有两年多的时间了。我取出落满灰尘的红宝书，随便翻了一下，竟然没有一个认识的了。我在想：GRE单词果然有自己的特点，如果你不用，绝对会马上忘掉。上次复习GRE时，背词方面非常马虎，其实说不上是“背”，只是自我欺骗地看了几遍而已。这次考GRE时，一定要下大决心认

真对待。

我去网上搜寻了很多前辈们写的关于背GRE单词的文章，看来看去，发现战胜GRE单词的要诀主要在于八个字：集中，短期，大量，重复。由于GRE是英语考试界的“珠穆朗玛峰”，被很多人戏称为史上最变态的英语考试，所以，在背单词方面，自然也不是普通背词法能降伏得了的。我突然想到大学时郑老师曾经对我们说过的那句话：学英语要从单词做起，如果单词不会，那么阅读看不懂，听力听不懂，写作和口语也无法流畅表达。对于GRE这个变态的考试来说，更是如此，如果不花时间在短期之内将单词歼灭，那么日后在做题的时候，它一定会一直扰乱我的心。

长痛不如短痛，谨记着“八字方针”的我，决定疯狂地尝试一下杨鹏《十七天搞定GRE单词》一书中的方法。买上这本书后，我仔细读了一遍，发现挑战不是一般的大。我起初觉得很害怕，心想要是我尝试了他的方法却没坚持下来的话，既扰乱“军心”，又浪费时间，岂不是很不划算？琢磨来琢磨去，我突然想起了自己博客公告栏上的那句话：对于未来，我只梦想最好的情况，并订下最踏实的计划，而绝不花时间在无谓的担心上，因为我知道，只要把我对自己的承诺付诸实践，我的未来将不会只是一个梦。

对啊，要梦想最好的情况，而不能患得患失，既然有人做过而且成功了，为什么我不行？况且，不尝试一下的话，怎么能知道自己做不到？所以，我决定不再浪费时间想那些没用的，只管踏实地列计划，并执行计划！

我重新翻开了GRE红宝书，看着那一个一个稀奇古怪的词语，又想到了当年第一次背GRE词时以为买错了书的好笑回忆。我决定启用当年背专四单词时自己发明的“背词大法”，将圆圈、星号等符号写在了红宝书的第一页。唯一不同的是，当初我划分单词书时是将每100个单词归为一组，而这次划分红宝书的方法则是根据红宝书自身的单元数。根据杨鹏书中的指导，我粗略地给自己列了一个两周的背单词计划。

疯狂行动，现在开始！

【第一天】

奋斗的第一天，从3月17号开始。第一天的单词任务非常简单：第一单元到第三单元。本以为一两个小时就可以背完，可后来背着背着，突然想到很久以前在新东方书店买过俞敏洪老师GRE单词串讲课的CD，所以便找出来听。他讲一个单元，我就跟着背一个单元。我绝望地发现，即便以前背过GRE词，但现在有

很多词竟然一点印象都没有了，诸如“分期付款”“北美大白杨”之类的单词，真的就像完全没有见过一样。我把这些不认识的单词很认真地用不同颜色不同符号标了出来。每次看一遍的时候，都先将不认识的单词单独背一遍，从而加深记忆。就这样，前三个单元的单词，来来回回背了五遍多。第一天的任务量非常少，所以不是很辛苦。日后几天的任务量会越来越大，我一定要坚持住！

【第二天】

第二天的任务是背第四单元到第六单元，并复习前三个单元。方法同第一天一样：边听单词串讲的CD，边跟着串讲课的进度背单词。第二天进行得也非常顺利，依然按时完成了任务。复习前三个单元的时候，的确有个别单词没有记住，于是我又在它们前面加了N个重点符号。

进行完第二天的单词任务后，我突然觉得十七天这个计划太慢了，每天背三个单元，不知道要背到什么时候才能背完。考试中其他几个单项太需要练习了，如果每天把时间全放在单词上，那么复习其他单项的时间就大大减少了。我想到了八字方针里的“短期”和“集中”二字，于是毅然决然地决定把每天的任务量从三个单元增加为六个单元，把总目标从十七天挑

战所有单词，改为十天挑战所有单词！虽然听起来非常疯狂，但我决定豁出去了！

【第三天】

第三天背词非常成功，一共看了12个单元的单词：包括六个新单元和六个旧单元。复习旧单元的时候，崩溃的感觉袭上心头，因为有很多单词明明是前两天刚背过的，但是竟然又忘了。通过背词的过程，我慢慢摸索出来一系列“道理”来鼓励自己：背单词时，别怕记不住，因为谁都记不住。你要是第一次背单词就能全部记住，并且在之后的几天都不会忘记，那么你要么就是不正常，要么就是天才。所以，要是没记住的话，恭喜你，你很正常。忘记单词不要害怕，只需要反复看、反复记就可以了，不能灰心，应该学习《士兵突击》里许三多的精神！虽然背完以后翻回头来再看的时候，发现自己已经忘记了一半，顿时会觉得万念俱灰，但是，千万不能气馁，继续重新背几遍就是了。

背单词是一个太枯燥的过程，我为了让它不枯燥，总是设计出很多和单词书的对话，来娱乐自己。每当忘记单词的时候，我就会一跺脚，一甩头，冲着某个单词大喊道：“你竟然不让我记住你？小样儿，看我这下怎么收拾你！”然后，什么也别想，继续把这个词狠狠地

记三遍！可是，过一会儿再翻回头来看的话，我很有可能会发现自己又把它忘了。这个时候，我就会继续捶胸顿足，然后对着单词继续说：“怎么又是你？总当拦路虎！我就不信搞不定你了！”然后再狠狠地把它记五遍！

我随身携带有一个小本子，本子上有一个“单词黑名单”，都是那些让人极其恶心的永远都记不住的臭单词。每当遇到一个无论如何都记不住的单词时，我就会把它记在小本子上，然后吃饭时看看它，睡觉前看看它，走路时也看看它。我觉得，如果能以打不倒的决心去背词，基本就不会有单词能难倒你了。核心是：重复是关键，而且必须是不厌其烦的无数遍的重复！

【第四天】

第四天，我成功地背完了新的六个单元单词，并复习了前面背过的12个单元，一共干掉了18个单元。GRE单词的变态，不得不让我承认：人的记忆力真奇怪，最前面的三个单元单词是最早背的，而且前面几天一直都在反复复习它们，可第四天再看的时候，竟然又有两个单词不认识了，而且是完全不认识，就像从来没见过一样。盯着这两个单词，我真的很有把它们从书里抠出来吃掉的冲动。

虽然觉得愤怒和无奈，但也不得不用刚才说的方法，使劲地再背几遍。像之前章节提到过的那样，记忆单词有很多方法：词根词缀法、联想记忆法、抄写法等。我最初记单词的方法只是浏览，而且是多遍的重复浏览。后来有实在记不住的单词，就写在手上或胳膊上，随时看。再后来，有些单词再怎么看，也还是记不住，于是只能动些脑筋，想一些“歪门邪道”来记单词。

有一次，我实在记不住“harridan”这个词是“丑陋的老巫婆”的意思，于是就把自己的QQ名改成了Harridan。每当有人叫我“考拉小巫”的时候，我都会跟人家说：“对不起，这段时间我叫Harridan，请你改口。”从此以后我就记住这个词了。那时背单词已经近乎疯狂，俗话说“不管黑猫白猫，抓住老鼠就是好猫”，所以我也不讲究什么记单词的方法了。只要能记住，就是好方法。

【第五天】

第五天的任务是背六个新的单元，并复习旧的单元。每天疯狂地背下去，红宝书的一半竟然被我在五天之内不知不觉地消灭掉了。但是在复习的过程中，我惊恐地发现，在已经消灭掉的这一半里，我不会的单词加起来恐怕要有两个单元那么多了，加上一些记忆比较模糊

的、待巩固的单词，估计一共得有五个单元那么多的单词是我掌握不扎实的。除此以外，在连续背了五天单词之后，我无论从心理上还是从身体上都感到疲惫无比，真正体会到了那句“背GRE单词其实是个体力活儿”的真谛。在第五天的时候，我突然觉得在这样的情况下，如果我继续傻背下去，效果并不会很好。于是，便决定专门用第六天的时间来巩固过去背过的24个单元的单词，巩固的遍数不定，直到把这24个单元的单词都掌握扎实为止。

【第六天】

按照之前的计划，我在第六天的时候展开了疯狂的复习。这24个单元的单词，我翻来覆去地背了不知道多少遍。背的时候，我又发现了一个让人非常无奈的事实：有些单词是属于我的，意思就是说不管它有多难多蹩脚，我看一眼就能记住；但是有些单词的确不属于我，怎么记也记不住。无奈之下，我在电脑桌面上新建了一个写字板文件，名为“考拉不会的单词”。24个单元里列出来整整250个单词，多么吉祥的数字！这250个单词“很好很强大”，那真的是一点儿都不会，即便我已经背过N遍了，但当再次看到它们时，真的就跟完全没见过似的。我给它们起名叫“变态二百五”。第六天整整一个晚上都用来背“变态二百五”了，用尽各种变态的背词方法，终于消灭掉了230多个。最

后剩下的十几个单词，我彻底地折服在了它们脚下，它们都是属于那种前一秒刚看、后一秒立刻就忘的类型。

第六天非常艰难，艰难到要吐了。想想过去将近一周的时间，我每天什么都不做，只是在背单词，真的是背词背到要发疯了。尤其当发现某几个单词死都记不住的时候，真的有种想撕书的冲动。第六天的晚上，我崩溃了，跑到自习室楼下的网球场旁边，对着枯藤老树一阵乱踢，不争气的眼泪瞬间流了下来。我总是在崩溃的时候胡思乱想，我开始纳闷为什么要这么折磨自己，为什么要出国，为什么要花钱找罪受，为什么这为什么那地问了自己一大堆问题。半个小时的发泄过后，我擦了擦眼泪，默默地走回自习室，翻开书继续背……还是那句话：自己选择的路，跪着也要把它走完。不坚持到底，怎么能知道是否真的有柳暗花明的那一天呢？不坚持到底，怎么能找到这些“为什么”的答案呢？

经过了我的一阵疯狂发泄，小分队的成员们决定集思广益，发明各种激励我们背词记词的好方法。记忆最深刻的就是玩抢答：每天我们吃饭的时候，大家就会分别拿着自己的红宝书互考单词。我非常“阴险”，每次都会拿出“变态二百五”来刁难大家，比如“马路边的缘石”或是“窗户的侧门柱”一类。大家热火朝天地争相

抢答，特别好玩。后来事实证明，这个方法果然很强大，寓教于乐，帮助我们记住了不少变态的单词。每天结束一整天的自习后，我们几个人都会在晚上寂静的校园里高喊“不抛弃，不放弃”的口号，实在太有热情了。现在想想，背词这么枯燥的事情也被我们弄得那么欢乐，真有意思。

【第七天】

由于第六天没有背新单词，于是我决定在第七天的时候，背八个新的单元，并复习“变态二百五”和最近背的九个单元。背新单元和复习旧单元时，倒是没有遇到什么困难，但我却第N次被“变态二百五”难住了。前一天最后一次看它们的时候，明明只剩下几个不认识的了，但第七天再看的时候，竟然又上升到几十个不认识的了。当时我只有一个感觉——万念俱灰，觉得整个世界都崩塌了！这才只过了一个晚上而已！竟然又不记得了！像之前说的，这些单词真的不属于我，怎么背也背不会。我咆哮！怒吼！暴跳如雷！无奈！郁闷！看天天不蓝，看地地不圆！

我抱着早已散架的红宝书，问了一万遍“为啥背不会？为啥背不会？为啥背不会？”崩溃过后，只能默默地跟自己说：千万不要疯，要坚持住。背不会单词怎么办呢？继续背啊！杨鹏

说了，每天的任务里，即便背不完新词，也要把老词复习完，因为巩固是最重要的。于是我把“变态二百五”重新用手抄在了一张新纸上，继续进行“严重通缉”。当晚睡得很不安稳，满脑子都是“变态二百五”的“丑恶嘴脸”。

【第八天】

也许是由于前一天晚上受了刺激，或者是由于我的大脑已经习惯了这样高强度的“摧残”，第八天的时候，我的小宇宙终于爆发了。上午复习了20个旧的单元，下午复习了12个旧的单元，晚上背了6个新的单元，整整一天竟然一共看了38个单元的单词。虽然感觉不是很累——因为已经麻木了——但是却觉得极其枯燥。这里说的“极其枯燥”，是真的“极其”枯燥，枯燥到中间好多次都已经到了恶心想吐的地步。但是也没有办法，还是得继续坚持下去。还好我买的那个版本的红宝书比较人性化，每个单元结束的时候，都印有一句励志的话，可以时不时激励自己一下。我也在每个单元的后面，写下了自己当时背词的心情，以便自我激励。越背单词，我就越发感觉到：单词背不会没有关系，这是一个需要每天积累的漫长过程，不可能一下子都背会，所以一定要多多重复。

第八天结束的时候，虽然枯燥到要崩溃，

浑身都觉得难受，但看着即将被我彻底消灭掉的红宝书，心里还是觉得很有成就感。我发现，的确像胖咸鱼说的那样，做事之前真的不能想太多。如果我在背之前就一直想“天啊，今天我要看38个单元的单词，太难了，太多了，肯定看不完”，那样的话，我肯定背不完，因为自己首先就没有给足自己信心。相反，我在背单词之前，也没有多想，只是一个单词一个单词地背过去，一页一页地翻过去，在用心背词的同时，单词就这么一个一个被消灭掉了。所以，做事时切忌胡思乱想，只有一句话是王道：该干什么就干什么，别想没用的。

【第九天】

第九天的时候，眼看就要完成十天挑战GRE单词的疯狂计划了，我心里有着按捺不住的激动和兴奋。第九天依然是上午先复习了之前的20个单元，下午又复习了接下来的10个单元，晚上为了按时完成十天的计划，便背了7个新的单元。每背一个单元的时候，心里并没有多想，一点一点地背，不知不觉地就背完了。第九天的时候，依然觉得非常累，而且发现自己的饭量变得越来越大，堪称“饭桶”级别，可能是因为用脑量增大，所以饭量也跟着增大了吧。

第十天的计划是背新的6个单元，从第46单

元到第51单元，并将红宝书后半部分里所有记忆不扎实的单词都总结出来，反复背诵。第九天晚上躺在宿舍，辗转反侧，难以入眠，想着第二天就是疯狂背词计划的最后一天，而自己竟然真的快要做到了，激动不已！

【第十天】

3月26号，是十天挑战GRE单词计划的最后一天。也许因为那是计划的最后一天，我的心情格外愉悦，执行力非常高，身体里的各种小宇宙大宇宙都爆发了，所有任务都高效地按时完成了。看最后一页单词的时候，我的手是抖的，眼睁睁地看着一根绿色荧光笔被一点点用完。很凑巧，背完最后一个单词的时候，荧光笔正好全部用完了。

十天，我竟然真的用十天背完了GRE单词，那么厚的一本，真正做到了“集中，短期，大量，重复”。虽然只用了十天的时间，但杨鹏书中所提到的根据艾宾浩斯记忆曲线来记忆的途径，果然奏效。我发觉人的记忆力和潜能真的是惊人的，最后一次浏览全书的时候，我竟然记住了接近95%的单词。小分队的成员们无论考我多么蹩脚的高难度单词，我都能答上来。前前后后，我将全书以地毯式的浏览方式背了好几遍：第24单元之前的单词大概背了15遍，记忆最牢固；第25单元到第41单元背了大

概9遍，记忆比起前面相对不牢固；最后面的10个单元是新添词汇，只背了4遍，记忆最不牢固。我把全书背不住的单词，全部重新抄写到了一张新纸上，正面是英文单词，背面是该单词对应的中文意思，决定从之后的一周开始，各个击破。

进行完疯狂的十天单词计划之后，我更坚信事在人为的道理了。突然发现，很多人在做一件事之前，也许总会因为觉得它难或者听别人说它很难，就因为害怕而放弃了，连尝试都不敢去尝试。有句话说得好：你尝试了，就有可能赢；但你若不尝试，就必定输。单凭放弃尝试这一点来说，就已经注定会失败。其实有的时候，不是事情本身扼死了你，而是你自己扼死了自己。成功的确是需要付出辛劳的，但其实很多时候，它往往没有人们想得那么难。成功并没有任何捷径可寻，就好比背单词、学英语没有任何捷径一样，它只是需要你单纯地每天去做，并长年累月地坚持。

全脱产背单词的这十天，我的生活非常简单，也非常枯燥：早晨七点起床去学校背词，中午十一点吃饭，休息半小时，十二点接着背词，下午五点吃饭，休息半小时，六点接着背词，晚上十一点回宿舍，上网，十二点睡觉。第二天继续。虽然生活简单，但每天都处于近乎崩溃的边缘，看单词看到要吐，尤其是第五

天到第八天的时候，每天看二三十个单元的单词，翻来翻去还有那么厚一沓子，而且有些单词背来背去怎么都记不住。有时候真想把书扔了，再也不想看到它。每次想扔书的时候，就逼自己要么下楼跑一圈，要么出去走一走，换换脑子，冷静下来之后，再回去继续背。以前在论坛上看过一个帖子，说考GRE就好比是炼狱里的磨砺，人们往往做题做着做着就会哭，跑到操场上拿头撞树，大喊几声，宣泄情绪，然后默默地回到教室，继续做题。第一次考GRE的时候，我毫不用心，看到这个帖子时哈哈大笑，不明白人们为什么会觉得如此痛苦。第二次考的时候，我真的下了苦心，也切身体会到了这种炼狱般的痛苦。

其实我觉得，没有哪个成事的过程是永远充满快乐的。要想得到些什么，就必须得付出些什么，这是必然的。只有在经历痛苦的时候，依然坚强地坚持下去，才能抵达成功的彼岸。说个众人皆知的例子：爱迪生发明电灯泡时，之前的实验失败了N次，第N＋1次的时候，他成功了。如果让你做同样一件事，你能坚持到N＋1次吗？恐怕大部分人都不能。

所以，成功有秘诀吗？没有。那别人凭什么成功呢？因为他们坚持得比你久一天，只一天而已。有人总是找借口说：“不是这样的，他是爱迪生，他成功是因为他聪明有天赋，是因

为他是天才。”没错，天赋固然重要，但仅凭着天赋而不去坚持努力，他还能成功吗？不能。比尔·盖茨当年开公司之前，每天待在自己的屋里，在程序设计上花费了一万多个小时来钻研，如果他因为自己是比尔·盖茨而不去付出任何辛劳，还能有他今天的成就吗？恐怕不能。爱迪生的确是天才，可就连天才自己都说了：天才是百分之一的灵感加上百分之九十九的汗水，他并没有说“天才是百分之一的汗水加上百分之九十九的灵感”。因此，汗水更重要，实实在在的付出更重要。这些名人名言被我们背得滚瓜烂熟，但是谁真正地去相信它，并且运用它了？

总有很多人问我到底该怎么学英语？有没有秘诀？背单词有没有诀窍？提高听力有没有捷径？英语扔了很多年，有没有什么快速的方法可以提高英语能力？我每次都十分真诚地告诉他们我自己的亲身经验：“学习英语真的没有诀窍或捷径，你只要找一个适合自己的学习方法，并一直坚持下去，就一定能提高。”这真的是我的亲身感受，也是我的亲身经历。我不是天才，在语言方面也没有什么过人的天赋，我的英语就是通过一点一滴积累起来的。听力怎么提高？你就多听！口语怎么提高？你就多说！阅读怎么提高？你就多读！单词背不会怎么办？你再多背几遍！

大多数人听到这样的答案，可能都会失望而归。其中一些人可能依然会继续执着地寻找着所谓的“捷径”，那么他们的结果可想而知。另外一些人可能明白自己该做什么，但却苦于不知道该如何坚持下去，于是也在追梦的路上中途放弃了。到底该如何把该做的努力坚持到底，这的确是一个十分重要的命题，因为无论我们做什么，倘若不能坚持的话，那么一切现有的付出可能都会白费。

在我个人看来，把一件事坚持到底很难，主要原因有两点：一是在日复一日的重复作业中，人很容易会产生厌倦感和疲惫感；二是每个人都免不了过早地频繁地考量自己现有的坚持是否有成效，在发现成效不明显或根本没成效的时候，就很容易中途放弃。其实我在背GRE单词的时候，这两点都曾多次让我想过放弃。就像之前说的，很多次我在背单词的时候，枯燥厌倦到十分想吐，那种身体和心理上的疲倦感束缚住了我前进的脚步。而在每天复习之前所背单词的时候，每当我发现自己又有无数个单词已经忘得一干二净时，强烈的挫败感就把我包裹得严严实实，使我根本看不到任何希望的光亮。

每当我想要放弃的时候，我就会在脑海中幻化两种不同的场景。一个场景是如果我真的就此放弃了，那么我的结局会是怎样的？假设

我真的放弃背GRE单词，那么考试结果可想而知，很可能出国之路会就此断送。如果是那样的话，那么我妈辛辛苦苦给我的各种投入就都泡汤了，我该如何面对她？放弃掉自己为之奋斗了这么久的梦想，我又该如何面对自己？我接下来的人生路该怎么走？难道又要重蹈历史覆辙？这些问题我只要一想，就开始浑身发麻，心中充满了恐惧感。

第二个场景是如果我没有放弃，咬牙挺过这个难关，梦想实现了之后会是怎样的？我会幻想自己坚强地征服了GRE单词这一大挑战，成功地拿下了GRE考试，并借此动力成功地申请到了自己最最心仪的美国名校就读。我幻想自己学到了心理咨询全世界最前沿的知识，并积攒到了足够的工作经验，开启了自己的个人心理咨询室。我幻想自己为很多客户提供质量最好的心理咨询和治疗服务，幻想很多人走出我的个人心理咨询室的样子，他们一个个都变得更快乐、更自信、更敢于做梦了。这些场景我想一想，就觉得浑身顿时充满了动力。

说实话，每当我遇到困难，实在坚持不下去而想要放弃的时候，都是用这个办法渡过难关的。在心理学上，这个方法叫意向导引（或引导想象），也就是说通过在脑海中幻化各种场景的方法，来影响或改变我们的情绪和行为。当脑海中的场景或思绪是积极的时候，我

们的情绪和行为就会相应地变得积极，比如，当我幻想未来能取得渴望的事业成就时，我的情绪就是快乐的、满足的、向往的，那么我在执行计划的时候就会变得更加耐心、认真和有动力。

因此，每当我手头有一个计划，但却苦于难以执行、难以坚持的时候，我都会拿出纸和笔，写下计划若是完成后有可能发生的十件好事，以及计划泡汤后有可能发生的十件坏事。每当我开始执行计划之前，或者马上想要放弃的时候，都会把这张纸随时拿出来看看，真的是屡试不爽。

此外，为了应对厌倦感和疲惫感，我还会经常在执行计划的过程中花样翻新。比如，在背单词的时候，我会用不同方式去背单词，而且尽量在这个过程中想一些搞笑的方法来背。每当一天的任务完成之后，我一定会想办法犒劳自己，如请自己去学校食堂吃一个大鸡腿，或自己独霸一锅水煮鱼，或奖励自己一个美味的哈根达斯，或晚上回到宿舍后看一集美剧等。虽然付出努力的当下的确很辛苦，但如果在一天当中穿插一些新奇的小元素，那么生活就不会显得那么枯燥乏味了。

更为重要的是，我会时常告诫自己，一定要活在当下，活在今天。只要把今天的任务完

成了，那就是好的，尝试不去为明天或未来焦虑，也尽量不去频繁地考量自己离最终目标到底还有多远。在十天背GRE单词的过程中，我曾多次因为反复背诵而仍然记不住那些单词而想要放弃，因为我感觉我的反复背诵是毫无效果的，那“变态二百五”还是记不住。但是，如果我中途放弃了，也就不会有后来的成功。

于是，在那十天的过程中，我总是暗自提醒自己，别管明天还有多少要背，别管目前还有多少没背会，我只活在当下，只把此时此刻需要背的那某一个单词背完，然后下一个时刻就只管那一刻需要背的单词。当我真正活在当下的时候，我发现我在单位时间内需要担心的事情的数量大大减少了，我的压力也就大大降低了，做事情的效率也相应得到了提高。正是这种活在当下的态度，帮助我度过了那无比艰难的十天。在疯狂的十天内，我不但背会了很多新且变态的词，更重要的是重新认识了自己。十天挑战GRE单词这个计划的胜利，不但为日后复习GRE笔试打下了坚实的基础，更鼓舞了我的士气。然而，熟记单词，并不代表我可以高枕无忧了。背会单词还不够，最重要的是要会运用。面对GRE阅读、类反、填空等，未来两个月，我还有很长很长的路要走。

第三节 GRE笔试后的涅槃重生



笛卡尔说：“这个世界上要学的东西实在太多了，基本学完了，也该死了。”我想着申请出国这一路走来，一个挑战接着一个挑战，要学要做的事情实在太多。有时候虽然觉得很不快乐，压力大，但学习的成果总是可以让我获得一些东西，如成就感、充实感和实实在在的进步。我想，我是在用痛苦交换快乐，所以必须得用平静的心情接受这种痛苦。这样，如果一旦发生一些小快乐，我就乐死了。

背完GRE单词之后，我给自己放了一天大假。这一天假，就是我的小快乐。虽说是放假，但其实也没做什么奢侈的事情，只是待在宿舍里睡觉和看电影而已。但即便是这样，我也觉得特别快乐和满足。每当我什么都没做就去休息的时候，心里总是觉得很不踏实，甚至会感到深深的内疚；但当我疯狂奋斗后再去休息时，心里就会觉得既踏实又舒服。踏实舒服过后，继续背包上路，面对更为猛烈的风暴。

【2008年4月】

再一次恢复学习状态的时候，离考试还剩整整两个月了，我很快地给自己制订了新的学习计划。新计划是以周为单位的，首先粗略地制订了一个四周的计划，每周周末的时候，再根据本周完成计划的情况微调下一周的计划。每个周计划都精确到小时，而且都有阶段性的目标。当时总的复习计划是：先将所有当初上GRE课做的课堂笔记复习一遍，然后开始做题，最后进行模考。与此同时，继续无数遍地背红宝书，以求进一步熟练每个单词。当时还买了很多其他单词书，包括蓝宝书、逆序小词典和类反归类等。有前辈说，考GRE时，背单词这条路没有终点，只要不到上考场的那一天，单词书就不能放下。这是真理。

第一周的计划表列好后，我迫不及待地跑到自习室开始学习。有了倒计时的压力后，便可以清晰地感觉到复习的紧迫感，真的是一天都不能耽误。第一周的计划里，头等任务就是巩固单词。我曾经怀疑自己是不是在单词这件事上花了过多的时间，但后来发现，单词背好了，做类反填空时，效率都可以大大地提高。这一遍巩固单词时，我把每个单词都看得非常细致，把一些熟词僻义的词，以及在五秒内无法精确说出词义的词，都摘抄了出来，又列了一个表。这张表从那时起就一直陪伴着我，走

着看、坐着看，时刻不离身，充分发挥了重复背诵的作用。第一周里第二个任务就是认真地复习所有的GRE课堂笔记。

第二周的时候，经过一番苦等，我终于收到了之前在网上买的所有习题书。抱着这些书，我根据所剩的时间将每本习题集的题量分配到了每天的进度里，计划是每天上午做六个单元的类比题、四个单元的反义题，中午背单词，下午做九个单元的填空题，晚上练阅读。当时做题的速度非常快，主要是想把大多数时间都放在分析题上。

第二周里最大的突破莫过于阅读了。之前因为我害怕它，对它有抵触情绪，所以迟迟没有把它提上日程表，纠结了很久。第二周的时候，深感时间不够了，于是一咬牙一跺脚，决定开始练阅读。克服掉心理障碍、真正开始练习之后，我才惊讶地发现，其实阅读并没有我当初想得那么难。通过悉心阅读《GRE阅读39＋3全攻略》一书，我发现任何东西不管再怎么难，都是有破解之道的，重要的就是如何通过练习找到这个破解之道。坚信了这一点，我就不再害怕了。

其实道理就是这样的：背不住你就再多背，阅读不会你就多读，听力不会你就多听。不要总想着“哦，练听力？那我该补补单词量，

要不听不懂吧”。其一，这就是为什么我在之前反复强调要先把单词解决掉；其二，练听力你就练听力，现在就开始听。记得之前我在太傻论坛上读到一个帖子，帖子的作者针对这个问题说：学骑自行车，不需要先去跑步，练肌肉，走平衡木，你就直接开始骑！作者还讲了一个有趣的故事，说一家外企里有一位成功女性，公司要改革，要提高工作效率，以后操作电脑一律用快捷键，不准用鼠标。要是别人，肯定会从背快捷键开始。但这位成功女性给力且彪悍，新政策一实行，她直接把鼠标给扔了！虽然故事很夸张，但主题传达到了：要想做成一件事，就得冲着目标直奔过去，切断后路，破釜沉舟，不要左迂回右迂回的。理性的迂回是可以的，但不要让这种迂回成为你逃避的借口。

第三周和第四周的复习结束后，我终于把类反、填空两本书里的题全部做完并分析完了一遍。之后，我便开始以很快的速度重复做题，计划在考试前把每本书至少看八遍。第四周时开始复习数学，我数学一向很烂，高中时满分150分的数学卷子，我曾有过考29分的记录。所以，虽然寄托界里一直有人说GRE的数学难度相当于国内初高中的数学难度，但我却一直不敢小看它，因为初高中的数学对于我来说已经很难了。陈向东著的那本数学书我读得

很认真，做了很多笔记，公式一个一个背。虽然进步并不显著，但至少在数学方面迈出了一小步，心里也觉得不那么恐慌了。

【2008年5月】

距离考试还差整整四周的时候，我开始模考了。拿着几本GRE的历年真题，从1990年10月真题开始模考，每天上午模考一套题，一直到1999年4月真题，总共模考了26次。那时带领着小分队的成员们一起模考，每天早晨八点整，几个人就准时立在自习室门口等人家开门。门一开，几个人就疯狂地冲进自习室，占据最有利的位置，开始准备一天的奋斗。

当时模考的方法是：每天早晨八点半准时“开考”，中间完全没有休息，毫无间断，一切流程都百分之百模拟正式考试，连答题卡都涂得很认真，2B铅笔都要准备很多根放在旁边以备不时之需。考完以后大家互相判分，答对的题一起分析，答错的题共同研究。

起初开始模考的时候，心情非常受模考分数的影响：分数高了，心里就觉得世界很美好；分数低了，心里就觉得好像一切努力都白费了似的。后来慢慢发现，其实模考的分数是最不重要的，因为就算考得再低或再高，它也只是模考而已，而不是真正的考试。最重要

的，应该是要从高强度的模考训练中获取收获，比如形成对考试的整体认识，比如该如何分配考试时间，如何掌握答题的节奏，同时渐渐培养对连续性高强度做题的感觉。

模考的同时，我依然在疯狂地背单词、练阅读、学数学、做类反。当时类反书已经看了八遍，做题正确率可以保持在错一个或者不错。研究来研究去，发现类反最关键的就是要理解题干两词之间的关系，彻底搞清楚它们是以怎样的关系被联系在一起的，这就是为什么要熟练掌握每个单词的精确意思，否则很容易会被干扰选项所迷惑。当时填空书看了六遍，通过大量的连续的反复做题达成了对填空题的一种感觉，发现填空题的关键的确像陈圣元著的那本书里说的那样：找句中的关键词，并在本句中找重复。具体该如何破解填空大敌，必须得通过多多做题、重复做题来自我体会，达到传说中的“书读百遍，其义自见”的境界。读书是这样，做题亦如此。

【2008年6月】

好不容易熬到了考试的那一天。时隔半年之久，我又回到了当初迎战托福的考场。开考前非常非常紧张，即便复习了很久，即便单词背了很多遍，但依然会有第一次被GRE打败的阴影在心里萦绕。考场上发挥得并不好，依然

还是败在了阅读上，但即便考得不如想象中那么理想，之后心里也还是有一种非常满足的感觉。第一次考GRE的时候，我彻头彻尾地当了一回逃兵，感觉一切都在浑浑噩噩中度过。但当第二次迎战这个大敌时，我是真的为它用心拼搏了，所以即便结果不如人意，也觉得特别无怨无悔。

复习GRE的那段岁月里，每一个微笑，每一滴泪水，每一次郁闷，每一回振奋，都有着它独特的味道。虽然累，但是那种感觉、那段记忆，恐怕在几年，甚至几十年之后再去回想时，依然会历历在目。我想，这样的经历给我的，远比一个简单的分数要多得多。

当所有考试都结束之后，我开始收拾宿舍。再次拿起以前爱不释手的红宝书时，亲切得突然浑身一麻。我想，这一路走来，考GRE、考托福，所有的困难都仿佛是设置在远处山地里的一片片沼泽地，一个个小山包，等着我去跋涉和攀岩。和很多出国的朋友们聊天，大家都有一个共同的感觉：从某种程度来讲，这些考试已经不单单只是考试而已，我们从整个过程中学到了太多太多。

要说舍弃，除了花在各种各样的练习册、真题、资料、打印和报名上的钱以外，我更是舍弃了应有的睡眠，逃掉了学校的课程，放弃

逛街、打扮、交际、社团、娱乐等。但是，要说得到，我却从整个过程中得到了太多太多：激增的单词量，听说读写能力，思辨和论证问题的能力，制订计划和执行计划的能力，行动力，毅力，耐力，信心，决心，以及一段终生难忘的经历……都说舍得舍得，要有舍才能有得。所以，对于我个人来讲，这段过程中再怎样的舍都是值得的。

考试结束后，我和很多人一样，患上了严重的考后综合征。生活从之前的极度紧绷状态，突然变成了之后的极度松弛状态，人一下子不知道该做什么了。起初几天自己堂而皇之地“腐烂”在宿舍里，上网，聊天，看电影，做字幕。有时会偶尔回到寄托或太傻论坛上，潜水看看人们对考试的议论，看到人们都抱怨考试难的时候，我心里就稍微舒服些；但如果有人说这次考试难度还好的时候，我心里就揪一下地难过，然后疯狂地追踪各种考试回忆帖，给自己估分，估到觉得自己一定完蛋的时候，再迅速把网页一个一个关掉。虽然有的时候依然会为未来的申请之路担心，但心里总觉得只有成绩下来以后，才有动力去开始下一个阶段的奋斗。现在想来，这一定只是为自己的偷懒找的一个很逊的借口吧。

在无尽的漫长的焦急的等待之后，GRE成绩终于出来了。当初我为自己设定的目标是：

语文600分，数学800分，作文6.0分（满分分别为800/800/6.0），但这次考试的结果却是590/770/5.5。虽然这个成绩比第一次的成绩高了很多，但还是因为没有达到自己的预期目标而觉得有一点小遗憾。但这个遗憾，却成为了日后我发奋冲击申请之路的最大动力。我突然意识到，我必须用接下来更为宝贵的时间去做申请，去选专业、选学校、写个人陈述、写简历，必须用尽各种各样的方法来加强自己在专业方面的竞争力。而事实也证明，申请材料的质量远比GRE分数重要，值得花更多的心思和时间在上面。



也就是在这个时候，我做了一个惊人的决定：如果要是可以一次申请成功，就从学校办理退学手续，直接去美国读研究生。这个想法其实一直都有，只是很久都没有定下来。终于做出了这个决定，一是觉得在深入接触了英汉翻译这个专业后，发现自己并不喜欢它，不希望在这上面消耗更多的时间；二是当时身边很

多好友都相继出了国，我越来越心切，也想尽早实现这个多年以来的梦想。当时整理了一下自己的三项硬性条件：托福112分，GRE1360＋5.5，本科GPA绩点3.85/4.00。硬性条件确定下来后，下一步就要开始打造自己的软实力了。

于是，我的DIY申请之路，从2008年7月份，正式开始了。

小贴士

关于作文的行文套路

优秀的英文议论文最讲求的就是结构严谨，论点、论据、论证三部分一个都不能少。若是自己私下里写英文散文，你可以尽情追求形散神不散的境界。但是如果想在出国考试的作文项上取得高分，你的文章最好得有“形”。所以，要记住，一篇文章的架构应该要这样：

第一段：开头段——明确点名中心，必须必须必须有明确的中心句！

第二段：论证一段（正面论证）

1.某东西重要，为什么重要，提出第一个理由，必须要有本段的主旨句；

2.论据：举例子，用实际的例子来证明为什么要有这个理由；

3.结尾句：其实结尾句可以是用另外一种说法重复一遍本段主旨句的意思。

第三段：论证二段（正面论证）

1.某东西重要，为什么重要，提出第二个理由，必须要有本段的主旨句；

2.论据：举例子，用实际的例子来证明为什么要有这个理由；

3.结尾句：其实结尾句可以是用另外一种说法重复一遍本段主旨句的意思。

第四段：论证三段（反面论证）

1.某东西重要，没有了某东西就会有怎样不好的后果，提出一个坏的后果，必须要有本段的主旨句；

2.论据：举例子，举一个没有了这个东西以后的坏结果的实例；

3.结尾句：其实结尾句可以是用另外一种说法重复一遍本段主旨句的意思。

第五段：结尾段——明确重申中心，必须必须必须有明确的结尾句！结尾句其实就是用另外一种说法重复一遍本篇文章的中心句。结尾段可以适当升华主题，但不要升华过分。

在这种结构里，第一段必须有，任何情况下都必须有！第二段到第四段，你想说几个理由就说几个理由，一般至少要两个理由，这两个理由可以是一正一反，也可以是两正。鼓励大家写一个反的理由，一是为论证逻辑的严密性考虑，二是为字数考虑。最后一段结尾段，一般国外大学里写论文时可以没有结尾段，但如果考托福、雅思、GRE的话，在时间允许的情况下，尽量要写出结尾段，这样可以让文章的结构更完整。

文章的第四段（论证三段）在进行反面论证时，也可以考虑从另外一个角度切入，即某东西重要，但其实在某种情况下它也并不是那么重要。然后，再举例子说明在哪种特殊的情况下它不是很重要，最后再写本段的结尾句。请注意，这样写是为了证明你是一个懂得辩证思维的人，切不可以彻底跑偏，自己推翻自己的中心论点。在全文结尾段的时候一定还得重申一下：某东西在很多情况下很重要，比如一，比如二，但是只有在偶尔的情况下并不是很重要，比如三。这样的写法稍具挑战性，请谨慎使用。

关于文章的阅读套路

在这个部分里，我想主要分享两个内容：第一，如何有效快速地读懂一篇英文文章；第二，如何有效快速地读懂一篇英文文章，并把之后的阅读题做对。

要想读懂一篇文章，首先要弄懂作者在写作时的思维套路是怎样的。之前我写的作文行文套路，是有科学根据的——百分之九十九的英文八股文都是遵循这个套路来写的。因此，当你遇到一篇英文文章的时候，也建议按照这个套路去阅读，也就是说你要懂得如何高效快速地找到文中最重要的核心信息。那么，到底有哪些核心信息是最需要我们掌握的呢？

全文的中心句和每段的主旨句。

转折句：转折句是非常需要关注的，因为作者可能会在表达自己的真实观点之前，先绕个弯子，欲抑先扬。

观点句：任何作者表示自己观点的句子，也算是我们需要掌握的核心信息的一部分。

因果关系句：简单地说，也就是前因后果，A导致了B，由于A所以B。

一般情况下，如果能根据以上四点把文章中的核心信息找出来的话，我们就可以在短时间内读懂文章的大意。

可是，如果是在考场上，文章读懂了，阅读题到底怎么才能做对呢？

此时就要完成两件事：第一，要努力读懂文章的主题、套路和作者的态度。第二，在读的过程中要对文章进行圈圈点点，要标出每个段落的主旨句，以及所有表示起承转合的关键词，以提高之后的做题效率。也就是说，读文章的“三要素原则”是：主题、套路、态度。

此外，要标注表示起承转合的关键词，不单单是为了提高做题（尤其是细节题）的效率，更是因为有时候作者可能说了一大段话，导致读者以为这就是作者所要宣扬的观点，但很可能之后人家直接来了一个“but（但是）”，话锋一转，表意来了一个一百八十度的大转弯，如果你错过了这个信息点的话，那么就很有

可能在主旨题、态度题上出错。

关于如何在考试的过程中高效地拿下阅读题，还有很多很多值得分享的信息。我在本书附赠的小册子里对这一内容进行了更为详细的分享，希望可以帮助到大家，也非常推荐大家去阅读杨继的阅读书——《GRE阅读剖析及全真题解读》。

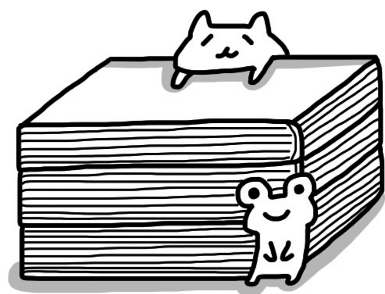
关于“十天挑战GRE单词”

在“十天挑战GRE单词”的部分里，我所说的“背单词”，很单纯地只是指背单词，即看到某个英文单词，立刻反应出来它最常见的一个中文意思。在此十天内，只要我能做到这一点，那么这个单词就算是背会了。关于它的用法、词组搭配、孤僻义等，都不是这十天之内需要理会的，这些都是之后巩固单词时的任务。

所谓的“十天挑战GRE单词”，并不是说十天“搞定”GRE单词，并不是说成功完成这十天的任务之后，单词方面就可以高枕无忧了。这十天进行完之后，我只是不同程度地掌握了全书95%左右的单词（具体掌握程度见原文）。像书里说的，只要一天不上考场，单词一天就不能被放下，必须通过不断重复来加深对每个单词的记忆。

像前面提到的那样，我当时实践十天挑战GRE单词时，是全脱产的。每天除了吃饭、睡觉、上厕所以外，其余时间全部用来背单词，坚持了整整十天。我当初考虑尝试这种方法，是因为我并没有很充裕的复习时间。这只是我的复习方法而已，未必适合每个人，请大家根据自己的时间安排、学习习惯等有选择地参考借鉴。

第三章 我的DIY美国名校之路



第一节 隔行如隔山　转专业的烦恼



申请之路上的第一个难关就是转专业的问题。我在本科和研究生时都学的是英语专业，出国以后不想再学这个专业了，所以要考虑转专业。当时在网上看了很多关于英语专业毕业生出国申请转专业的帖子，发现很多英语专业的同学都非常苦闷，觉得"英语专业的学生没有专业背景，要是出国的话，转什么专业都不好

转”。没错，隔行如隔山，出国转专业的确有一定难度。可是，任何事情都有两面性，有坏的一点，必然也会有好的一点。虽然英语专业没有专业背景，但转专业时可以选择的余地却比较大，因为它其实可以和很多专业都沾上边，比如教育、翻译、语言、文学、对外汉语、传媒、旅游等。而且，还是“小马过河”的那个道理：虽然网上很多人都说转专业难，但我觉得我应该客观地分析这个问题，看看这个问题对我来说到底是易是难，应该付出怎样的努力才能达到这个目标。

转专业的第一个问题：转什么专业。这个问题我考虑了很久。我觉得，既然要转，就一定要转一个自己喜欢的专业，因为兴趣爱好对于做成一件事是非常重要的。所以，我开始认真剖析自己的兴趣爱好。一直以来，我都很喜欢帮助别人，准确地说，我一直很喜欢激励别人。我喜欢听他们倾诉心事和烦恼，并尽自己的全力去帮助他们解决烦恼，开导并鼓励他们，让他们重新找到人生的方向。因为之前沮丧堕落的我得到了良师益友的鼓励和帮助，至今依然对他们感激不已，所以我便希望自己能成为像他们那样的人，不断鼓励年轻的人们，其实就是简单的“我被帮助过，所以我想帮助更多人”的思路。我想了很久，发现这个兴趣超过了我的其他任何一个兴趣，于是就把大方向定

了下来。

之后，我便开始在网上疯狂搜索，偶然之间在国外的一个教育网站上发现了心理咨询师这一行业。把这个关键词键入到搜索引擎中，果然搜出来好多介绍这个职业的文章。越读越喜欢，越读越热血，觉得心理咨询这个工作既符合我的兴趣，又契合我的个性，觉得我仿佛找到了梦寐以求的职业！我又从网上搜索了很多文章出来，一篇一篇仔细阅读，发现要想进入这个领域，大致可以通过两个学位来实现：一是心理学（Psychology），二是社会工作（Social Work）。虽然我暂时只找出来了两个专业，但它们下面的细分专业方向却有太多太多。

起初我完全没有方向感，不知道要去哪里找关于这两个专业的完整专业方向细分。后来突然想到新东方的一个老师曾经提到过一个网站，就是USNEWS，我这才很迟钝地跑到网站上去搜集信息。不看不知道，一看吓一跳，网站上的资料果然非常全面。我从这个网站上挑出了一些规模较大的学校的专业设置和专业介绍来看，发现社会工作这个专业和我心里所想的工作更为接近一些。所以，便初步决定尝试申请这个专业。

当时，国内对社会工作这个专业的认知度

还比较低，很少有人听说过它，网上对它的介绍也非常少，身边有此专业申请经验的人更是为零。突然有一天，我在网上机缘巧合地读到了一篇文章，是专门介绍MSW（Master of Social Work，社会工作学硕士）的。这篇文章的发现可以算是我申请过程中的一个小突破，一是它使我更加坚定了对这个专业的选择，二是它使我对这个专业的申请流程有了更全面更具体的了解。通过这篇文章，我了解到，社会工作这一行业在香港已经发展得比较健全，但在中国大陆地区还没有发展起来，只有在上海、北京等少数城市稍有雏形。然而，美国的社会工作体系形成已经有一百多年了，现在美国各个行业里都有社工的影子存在。读完这篇文章，我激情澎湃，进一步坚定了自己申请社会工作专业的决心。

第二节 选校的艺术



专业定下来之后，就该选择学校了。起初选校的时候，因为对这个环节属于两眼一抹黑的状态，我走了很多弯路。那时候总是看论坛上的帖子里有人说“我的情况是……求定位”。很长时间我都不知道“求定位”具体指什么，也完全不懂得应该在选校时将学校的排名拉开梯队。当时我的思想比较落后，由于对美国大学了解不多，总是想往大城市跑，以为只有在大城市的学校才是好学校，导致起初选了几所学校，都被人们评论说不太理智。

第一次选校失败后，我开始上网疯狂地阅读关于选校的帖子。读了几篇精华帖后，发现选校其实也是有学问、有艺术、有技巧可言的。首先，要把学校按照排名有梯队地拉开，可以冲刺一两所牛校，主攻三四所好学校，然后以一两所排名较后的学校作为保底。其次，因为是申请研究生，因此选校时应该以专业排名及研究生院的排名作为主要参考，并以学校的综合排名作为辅助参考。再次，选校时也应该将奖学金、学费、地理位置等诸多因素都考虑进去。学到了这几点之后，我马上跑到USNEWS的网站上，开始重新从多方面搜集各大学校的综合信息。

当时，由于自己对申请流程一无所知，所以心里很没底儿。为了提高申请的成功率，我决定申两个批次：第一批次是2009年春季入

学，第二批次是2009年秋季入学。当时的想法是，就算春季申请失败，还有秋季申请作为保底。春季这一批就算是打个头阵了，先熟悉一下过程，探探路，主要以秋季批次的学校为主攻对象。

由于春季招生的学校并不多，所以春季入学这一批次的选校过程并没有花费太长时间。我筛来选去，只选了一所学校，就是圣路易斯华盛顿大学（Washington University in St. Louis，简称华大）。这所学校按照当时2008年USNEWS上提供的排名情况，是全美社会工作专业排名第一、全美高等院校综合排名第十一的学校。看到这个信息的时候，我的心怦怦直跳，心想：“天啊，简直就是梦寐以求的大牛校！我这个小土人，竟然可以有机会和世界名校这么近距离的接触，到底要不要冲刺一下？反正春季这一批次只是一个尝试，就算失败，还有秋季批次。人生苦短，何不疯狂一把？”于是，便定下春季批次申请华大。

秋季的这一批次由于可选择的学校太多，所以颇费了一番辛苦。为了让自己的思路更清晰，搜集的信息更完整，我在电脑里建了一个Excel文档，不但用来记录各个学校的基本信息，诸如排名、地址、电话、邮件、联系人、申请所需材料、申请费、截止日期等，还用来记录每个学校的申请进度，以及我与他们之间

的联系往来，比如何时提交了哪些材料，何时通了电话或邮件，分别是什么进展等。

秋季批次选校时，我首先锁定住综合排名前一百名的学校，其次将这一百所学校中不提供MSW这一专业的学校排除掉，再次将这一专业的专业排名在四十名以外的学校排除掉。有少数几所学校要求申请人必须在本科阶段选修过诸如统计学、心理学一类的课程，我没有修过，自身硬件条件不符合，所以又排除掉了几所学校。经过第一轮筛选后，还剩下三十所左右的学校。

第二轮筛选的条件，很带有个人喜好的色彩在内，其实有一点“闹情绪”的意味。例如，我排除掉了几所地理位置太过偏南或太过靠北的州，就是因为不喜欢过于炎热或过于寒冷的地方（纯属个人喜好，没有参考价值）。当然了，排除掉这些学校的前提是学校的排名非常一般。如果是哈佛的话，即便它在山沟里，也不能被排除掉。

第二轮筛选过后，剩下了二十所学校。之后，我便开始了与这二十所学校的第一次亲密接触：我很积极地写了一封热情洋溢的邮件，发给这些学校招生办公室的工作人员，跟他们介绍自己的基本情况、教育背景、申请兴趣、转专业的事宜、GT成绩和GPA等。邮件末尾还

问了几个问题，诸如贵校是否给国际学生提供奖学金、专业设置、毕业发展方向等。由于这第一封邮件只起一个探路的作用，看看我和这些学校是否来电，所以发给每个学校的邮件内容大体都是一样的，并没有量身定做。附上了我的简历和成绩单之后，邮件便发了出去。

8月初的时候，我发出去的探路信一一有了回音。看到学校们的回复，我真的觉得这一步棋走对了，因为我不但对这些学校的申请要求有了更多的了解，同时也对我进一步筛选学校的工作起到了很大帮助。在这些学校的邮件回复中，有的学校很直白地告知我，我的条件有资格申请他们的学校，但有的学校却很明确地说我的条件不满足转专业的要求（主要是由于我本科时没有修足够学分数的社会科学类课程）。此外，有的学校言辞热情，有的学校冷淡敷衍。根据这一轮的“一问一答”，我又排除掉了几个不符合申请资格的、根本没有给我回复的、完全对我没好感，或我完全对它没好感的学校。之后整理了所有的信息，终于定下来了申请学校的总名单。

在我的选校名单里，一共有七所学校。第一梯队里有两所大学，分别是圣路易斯华盛顿大学和哥伦比亚大学，它们的综合排名都在全美前十五名，专业排名都在全美前五名，属于一定要尝试冲刺一下的超级大牛校。我心里

想：申不申请得到是一码事，但尝试过以后至少这辈子不会后悔了。其次，第二梯队的学校名单里有南加州大学、纽约大学和位于西雅图的华盛顿大学，这三所学校都是要大力主攻的申请对象。最后，第三梯队里有两所学校，分别是俄亥俄州立大学和新泽西州州立大学，属于保底学校。

第三节 PS I Love You



　　学校和专业都定下来之后，我便开始着手准备申请材料了。因为春季入学的学校截止得最早——华大的截止日期是10月15号——我便从华大开始下手。真正开始准备申请材料的时候，已经是8月份中旬了，那时才知道之前选校选专业的过程，根本称不上是痛苦，因为最痛苦的其实还在后面。

　　所有的申请材料中，最折磨人的就是个人陈述（Personal Statement，简称PS）。起初写

PS的时候，我无数次打开空白的word文档，又因为不知道从何写起而无数次把它关掉。无数次挣扎着写了几句开头，又觉得写得实在太糟糕而无数次把它删掉，然后无数次抓着头发大喊“PS，I hate you!”我真的不知道该如何在短短的两页纸中，浓缩自己这么多年的成长、阐述我的申请理由，并证明我是最合格的那一位申请人。

我陷入了一个瓶颈，感觉非常郁闷。越不知如何动笔就越害怕，越害怕就越不知如何动笔，中间竟然因为觉得自己肯定不会成功而多次想到过放弃。痛苦了很多天、堕落了很多天后，我突然又想到了当初妈妈在我失败时告诉我的那个道理：没有哪一条路是会一直顺利下去的。不能总是想着：考不上研究生就工作吧，工作不好找就考研吧；国内混不下去就出国吧，国外混不好就回国吧。其实，没有哪一条路是容易的，无论你选择走哪一条路，都会遇到那条路独有的痛苦和艰辛。如果一直因为困难就逃避，那么，恐怕只能一辈子逃避下去，最后落得个一事无成。想在各行各业或者各条人生路上有所成就，就必须要磨砺自己的韧性和耐性，训练自己的行动力和意志力。如果觉得A路不行就转投B路，B路不行就转投C路，那么终究注定ABC三条路你都走不通。其实，找工作、考研、出国，乃至其他任何一条

人生路，又有哪个是轻而易举可以让你取得成功的呢？没有。所以，自己喜欢哪个就去勇敢地选择，选择好之后，就坚定地走下去。

我在想，出国这条路真的是艰难，大大小小的考试就足够让我掉一堆头发了。好不容易考完了，现在却又要马不停蹄地弄申请，写文书，做实习。而这所有的付出之后，未来等着我的到底是成还是败，也还是一个未知数。每次想到这里，就会觉得心惊胆战，不知道这一切的付出到底值不值得。但转念一想，值不值得，也只有在我坚持到底之后才能见分晓。当初说誓死都要出国看一看的人是我，现在遇到一点小困难就想着要放弃的人还是我。怎么又不把自己说的话当回事了？难道还想犯小时候说话不算数的错误吗？

我突然想到老爸当初说的那句话：当你看不清路的时候，只要盯着前方五米的地方走下去，一定可以找到方向。我告诉自己：对，就是这个道理，做事情的时候不要想那么多，把当下的路走稳当了再说。该写PS的时候就写PS，该做简历的时候就做简历。虽然工程很大，但是大工程化小、小工程化无，那么整件事就一定能做完。无论怎样，自己一定要肯定自己，相信自己，关键时刻，绝对不能自己践踏自己的梦想！

于是，我决定抛掉脑中所有无谓的担心，把目前的一切火力都集中在PS上。我在想，短短的两页纸，我必须把自己目前所有的人生经历都浓缩下来，并用一个鲜明的主题将这些经历串联起来。可是，我该选择一个怎样的主题呢？我想，每个学校都有自己对PS的要求，我的PS该如何写应该是基于某个学校对PS的要求，而不能自己随心所欲地乱写。

于是，我到华大社工学院的网站上去看，去学习，去研究，研究他们院的教学风格和专业设置，研究他们学院学生的共同特点等。突然，我在学院网站的主页上看到一句话："我们的学生来自世界各地，因为乐于助人的精神而汇聚于此。"我眼前突然一亮："对啊，'乐于助人'应该就是我PS的主题！这不也正是我自己的兴趣所在吗？"

于是，我迅速开始动笔撰写PS的草稿。在文章里，我从自己的出身开始写起，写为什么自己喜欢帮助人，写大学时的奋斗和成绩，写研究生时在志愿者协会实习时的所学所感，写自己对未来的学习打算，写毕业后的职业规划，写为什么对社工专业感兴趣，写为什么对华大感兴趣，写自己打算如何把在中国接受的教育和在美国即将接受的教育融合起来，真正做到学以致用，从而帮助更多人。

在无数个不眠夜晚的痛苦挣扎中，我终于写出了PS的初稿。迫不及待地读了一遍，感觉可以总结为四个字：惨不忍睹。但即便如此，我也依然像取得了重大胜利一般觉得开心无比。其实，对于写作来说，最难的就是最初的动笔，只要能勇敢地迈出第一步，写下第一版以后，后面的修改就好多了。趁着写作的兴致，我赶快把初稿拿给若干人看，大家都非常热情地为我提出了很多很好的修改建议。基于这些建议，我开始了无止境的修改，从文章的结构、内容和起承转合，到词语的挑选和句子的搭配，从头到尾我大概修改了三十多遍，不知道下了多少工夫。

PS的最后一稿出炉时，时间已经残酷地进入到了九月份。虽然拖了很久，但当最终版终于完成的时候，我还是大大地松了一口气。我抱着最后一版的PS认真读起来，觉得真的符合了论坛精华帖里关于PS最高境界的那句话——文中没有一句废话，每句话的存在都是为全文的主旨而服务的。我想，这样一个版本应该是对我过去几年经历的最好总结了。看着满满登登的两页文字，我心里觉得既充实又满足，终于克服掉这个大敌的时候，竟然忍不住想对它说一声：PS，I love you。

写完PS之后，我便打算用同样的方法去攻克另外一篇申请文书。MSW的申请文书里通常

都要求申请人提交一篇写作样本（Writing Sample）。通俗地说，这份文书有两个目的：一是校方想了解一下申请人的写作水平如何；二是他们想知道申请人在专业领域内是否对某些问题有洞察力和独到的见解。当时华大要求的写作样本题目是：请阐述你对某个社会问题的个人见解，并详述你认为该社会问题应如何得到解决，字数不限。

思考了许久，在网上做了很多调研，我决定选择农民工留守儿童的教育问题来写。选择这个话题，一是因为我个人对儿童和青少年的问题很感兴趣，二是因为当时这个问题在社会上的关注度比较高。为了体现我对这个问题的关注度和洞察力，我首先找了很多这方面的中文文献来读，其次又搜集了很多近几年关于留守儿童教育情况的现状报告。动笔写作时，我引用了大量数据来解释目前中国留守儿童的教育现状，并从多个层次探讨了解决这个问题的可行之道。写作过程虽然和写PS时一样痛苦，但因为经历了之前的折磨，第二次写的时候，效率就高很多了。

9月中旬的时候，我终于把个人陈述和写作样本这两个重头戏解决掉了，而其他很多琐碎的工作都还没有开始动手。当时差华大的截止日期只剩整整一个月的时间了，要做的事情还有很多：办成绩单，写简历，找推荐人写推荐

信……我把所有要做的事列成清单写在记事本上，看着那长长的清单和飞速流逝的时间，我就很想崩溃。那时，为了不让自己崩溃掉，我每天无论多忙都会抽时间上网读一些名人传记和励志小故事。一直和我共同奋斗的寄托小分队的成员们都在忙着准备10月份的GRE考试。于是，我鼓励他们考试，他们鼓励我申请，大家像一堆精神敏感，但却依然怀有梦想的斗士一样，在这条未知路上，磕磕绊绊，相互搀扶并艰难前行着。

第四节 等待是一种痛苦的煎熬



10月初，我终于完成了华大的所有申请材料。怀着无比激动但又无限紧张的心情，我开始了华大的网申。申请的截止日期是10月15号，我于10月4号凌晨的时候正式提交了网申。现在依然清晰地记得在点“提交”按钮时，我的手不停地颤抖，反复核查了不知道多少遍，生

怕有填错或拼错的地方。那是我人生里向美国大学提交的第一份申请，而且还是dream school！好不容易提交完申请后，我坐在电脑前发呆了五分钟，脑子里开始想象对方收到我的申请时会是什么样子。发呆过后，我开始疯狂地刷邮箱，可除了一封对方学校自动发出的“申请已收到”的邮件，就什么也没有了。从那时起，刷邮箱以及痛苦的等待，便成了我生活的主旋律。当天晚上睡下的时候，我在心里一直祈祷：明天醒来的时候，希望我邮箱里一定要有新邮件！

虔诚的祈祷没有实现，第二天早晨邮箱里空空如也。即便如此，申请还得继续。网申提交完之后，我便迫不及待地开始准备华大的纸申材料，说白了就是把诸如成绩单一类的东西给学校邮寄过去。为了给学校留一个完美的第一印象，我不但把成绩单按校方的要求做好，还用上等纸张打印了一封写给申请委员会的信。各种材料用不同颜色的小长尾夹按顺序摆开、夹好，最上面还夹带了一张清单列表，以便对方核对申请材料。

所有材料都准备好后，我跑到北大的DHL快递中心去邮寄。工作人员告诉我四个工作日对方就会收到，我傻兮兮地问了N遍：“会不会寄丢？会不会寄丢？千万不能寄丢啊！”颤抖的双手将文件袋放到人家的快递袋里，填好快递

单，反复把地址检查了N遍，生怕出错误。这一邮递，我的一切期待、猜测、担忧、梦想、祝福、祈祷等，全跟着快递袋漂洋过海了。

华大的申请终于全部结束了。接下来的，只有等待——无尽的、焦急的、痛苦的等待。

做完华大的申请后，我便熟悉了申请的全部流程，剩下几所学校的申请就稍显容易了。我把剩下的六所学校按截止日期重新排序，查出他们各自对申请材料的具体要求。仔细一看，这些学校里，有全部网申的，有全部纸申的，有网申加纸申的。把所有要做的事情列出来，发现工作量还不小，于是丝毫不敢怠慢，赶快加紧做起来。虽然申请材料大同小异，但我根本不敢马虎，认真研究了每个学校的学科设置和专业方向，为每个学校都量身定做了它们的申请材料。

忙碌的时候，时间总是过得很快，但心情却是一直充实和快乐的。每当坐着地铁去北大邮递申请材料的时候，心里总是觉得那是一条通往梦想的路。十月下旬，当别人还在忙着申请的时候，我已经结束了全部七所学校的申请。我给自己定的目标达到了——做一只先飞的笨鸟。当时，虽然还没有收到任何音信，虽然整日还是焦急的等待，但我已经打心底觉得自己是这场战役的胜者。整个申请留学的过程

中，我学到了太多，感受到了太多，一路上磕磕绊绊，竟然走到了终点。从起初两眼一抹黑的状态，一直走到今天，我独自完成了全部的申请，付出了很多辛苦，也得到了很多人的帮助和指点，感恩的心情无以言表。

全部申请结束之后，我的生活一下子清净了下来，心里有一种说不出的释然感觉。很久以来第一次，我竟然既不用背单词，又不用准备考试，也不用做申请，我真的可以彻彻底底地休息一下了。“该是时候出去走一走了。”我对自己说。

当时听留学论坛上有人说，出国留学的人们在申请完之后，可以去北京的香山卧佛寺拜一拜，因为“卧佛寺”的英文谐音是“offers”。我想，反正也没有事情做，何不尝试一下，就当是散心了。于是，我一路倒公车倒地铁，终于到了卧佛寺。进了寺，买了香，开始虔诚地朝拜。

有时候，人真的是一种奇怪的动物。就好比我之前一直在和周总理雕像对话一样，在卧佛寺的当天，我竟然开始和佛祖对话。从第一个佛到最后一个佛，我见佛就拜，并向每个佛都讲述了一遍自己的故事。我一遍又一遍地默念着：“虽然以前我是一个坏孩子，不懂得学习，不懂得上进，让妈妈爸爸伤透了脑筋，但

现在我真的改变了，现在的我是一个善良努力的孩子。这次我已经尽力了，如果世上真有运气一说的话，请你分给我一点点吧……”讲着讲着，我竟然哭了。

从卧佛寺出来之后，我步行到公交车站，一路上都在擦眼泪。我拿出手机，很戏剧化地给自己录了一段音频。开头语就像电影里的心理咨询师或精神医师记录病人案例那样：“2008年10月28日，下午2：45。今天我去拜卧佛寺了。之前也没有这方面的信仰，但今天不知道为什么就来了，而且拜着拜着还哭了，非常丢人。我真的不希望这么久以来的努力白费了，出国这件事为它已经整整努力了四年大学和一年半研究生的时间。也不知道人家会不会要我，但我真的不希望他们讨厌我……我真的是想去好好学习，所以希望能有好的结果吧。能做的努力都做了，现在真的得听天由命了。哎，听天由命的感觉真糟糕。”

从卧佛寺回来之后的几天里，我的生活平静得毫无波澜。事情就是这样：奋斗的时光，我可以记住它的每个细节，可平淡的生活，却无法在我的脑海中留下任何印记。我只记得我花了很多时间在校园里散步，晚上偶尔抬头看看夜空，却也看不到满天繁星的景象。又想起大学时爸爸驱车带我去草原看星星的事情，那里的满天繁星像瀑布一样洒落下来，和远方的

地平线连成一条线，仿佛唾手可得，真的美极了。爸爸告诉我，看不到路的时候，只需要专注眼前五米的地方就可以了。可是这段时间，我的“眼前五米”也许就只有等待，偶尔发邮件向学校询问审核申请资料的进度，收到的也只是礼貌客气的官方言辞罢了。

那个时候，最讨厌的就是周末，因为周末时邮箱里没有任何新邮件。而最开心的时间就是工作日的每天晚上九点以后，因为那时正是美国白天工作日的开始。每当此时，我一定会虔诚地坐在电脑前刷邮箱。无论做什么，邮箱的页面永远都开着，每隔几分钟就刷新一次。每当看到收件箱后面出现一个“（1）”的时候，我就会欣喜若狂，但要是发现那封新邮件其实只是一封垃圾邮件时，我又会变得失魂落魄。每当等邮件等到凌晨的时候，自己心里的两个小人儿就会开始争论：一个小人儿说“干吗总是在这里干耗着，第二天早晨起来再查邮箱也是一样啊”；另外一个小人儿就会说“再等会儿，就一会儿，没准再过几分钟就会有新邮件了”。

怀着盼望和希望打开邮箱，再怀着失望和不舍关掉它，这仿佛成了每天都必须经历的一件事。记得申请之前在论坛上逛，总能看到很多名为“等待是一种痛苦的煎熬”之类的帖子。当时我对发这样帖子的人特别不理解，心里纳闷：“有什么煎熬的，该玩儿就玩儿，该放松就

放松啊。”可现在，等待的人是自己，经历这一切的人是自己，于是才真真切切地体会并理解了这种煎熬。我开始赞同他们，支持他们，甚至自己去发帖来抒发这种无奈的感受。人就是这样，什么时候自己不经历，是不会真正明白那种感觉的。等到快要崩溃的时候，总是会想：好消息也行，坏消息也罢，只要给我一个信儿就行，别让人的心再这么悬着了……

第五节 终于听到梦想成真的声音



11月时，申请方面依然杳无音信。我用看电影、做字幕、唱卡拉OK等多种娱乐方式消遣着时间，放松着身心，感受着生活。这一切的最终目的却只有一个：转移注意力。小分队的成员们陆续结束了各种出国留学考试，我们决定一同再去一次卧佛寺。我依旧像上次一样，见佛就拜，虔诚无比。拜完佛的当晚，我们浩浩荡荡地冲到东四十条去吃最有名的“五哥鸡

翅”。大家整晚说说笑笑，一起回味这么久一路走来的苦乐与辛酸。我在想，出国这条路真的很辛苦，如果没有他们，那么我的这段经历一定会更辛苦。也许这就是为什么每个人的生命中，都需要“朋友”这样一个角色吧。为此，我感谢他们中的每一个人。

经过了无数个痛苦等待的日子，我突然在11月11号的时候收到了一封新邮件！

“天啊，华大终于来消息了！”我心跳个不停，兴冲冲地打开邮件看，里面竟然只有短短的一句话：“我们预计在11月中旬做出入学录取和发放奖学金的决定。”看到这封信，我之前游离的神经一下子就紧绷了起来。“‘11月中旬’？现在已经11号了，也就是说未来几天之内随时有可能放消息？”我心里不停地嘀咕着，紧张得不得了。赶快点击“回复”键，询问对方是否能给出一个更为确切的时间段。对方效率很高，很快回复给我说：“下周初。”

当晚，我彻底失眠了，辗转反侧，无法入睡。妈妈让我放平心态，可我根本做不到。我脑子里的两个小人儿又开始了激烈的争辩：一个小人儿说“不要想得太好，期望越大失望越大，爬得越高摔得越惨，应该做好最坏的打算”；另外一个小人儿说“你做得真的很用心了，没准电影里的情节就会发生在你身上，没

准你就能成为那个幸运儿”。

连续几天，我都没有睡好，生物钟自觉地调整到了凌晨四点半。每次四点半的时候都会睡眼蒙眬地打开手机查一下邮箱，然后又无数次失望地继续昏睡过去。每个晚上睡熟之后，我都梦着同样的梦：梦到被华大录取了，梦境清晰到我可以看清邮件里的一字一句，还梦到人家给了我四万美元的奖学金，梦到我激动地抱着妈妈说“我们再也不用担心上不起学了”。但是每次梦境越真实，我就越害怕，因为大人们总说一句话：梦是反的。

熬过了那个周末，让我满心期待的周一终于来了。经验证明，原来有时候美国人的时间观念也不是很强。周一结束的时候，邮箱里什么都没有。周二，邮箱里依旧空空如也。周三，邮箱里只收到了一封垃圾邮件。等到周四的时候，邮箱都已经厌烦我每天刷它千百遍的感觉了。周五时，我已经彻底疯了，在宿舍里独自咆哮：“怎么说话这么不算数啊？既然‘周初’给不出结果，当时就别回复我嘛！干吗把人家带到天堂，再一脚踹进地狱！”从周一活生生地熬到周五，这五天对我来说，像是五个世纪一样。看看日历，美国下周就要过感恩节了，人家要放大假了，还有谁会记得给我发信。我在想：“这下可能真的是完蛋了，高手果然‘杀人于无形’，先忽悠我，再无视我，再在沉默中杀

死我，太狠了……”

怀着沉重的心情，我在周五晚上很不情愿地给南加州大学草草地写了一封邮件，问对方是否有收到我寄送的申请材料。由于太爱华大，所以一直以来都把注意力集中在了它身上，跟其他学校都没有怎么联系过，完全忘记了当初“华大只是探路，其他学校才是主攻对象”的战略战术。而现在给南加州大学写信，也只是希望告诫自己不要在一棵树上吊死。信写毕，上床睡觉。

周六早晨醒过来，下意识地从枕头下面摸出手机，开机，连接网络，登录邮箱。网速好慢，我等着等着，又昏睡了过去。再一睁眼，已经八点了。挣扎着睁开眼，看了一眼手机屏幕，看到收件箱后面竟然有个“（1）”。我心想，南加州大学回邮件的速度竟然这么快。点右键，查看发件人，赫然看到“圣路易斯华盛顿大学乔治布朗学院招生办公室”的字样。我睁大眼睛，赶快点进邮件正文看，网络太慢，我坐在床上干着急。好不容易打开了正文，火速阅读，大意是“我们已经完成了对所有申请材料的最终审核。经过慎重考虑，已经做出了录取决定。请登录学院网站查看录取结果”。我的心一下子提到了嗓子眼，脑子也不转了，把手机递给舍友徐徐看，让她判断一下我的理解是不是正确。她看过手机，激动地说：“出结果了，快

下来开电脑啊！”我当时已经呆了，木了，像机器人一样机械地穿衣，下床，开电脑。自己能清晰地听到自己心跳的声音。

缓慢地登录进去后，终于看到了通知信。邮件正文第一段第一个词：Congratulations（祝贺你）！还没有往下读，我的眼泪唰地就溢满了眼眶。它溢得太快，搞得我什么都看不清，我使劲地擦，它又很快地重新溢出来。我干脆找了张面巾纸抵在眼角的地方，坚持着读下去。反复读了好多遍，原来是真的，我被录取了！我被录取了！我是范进！我又中举了！期待它来的时候它没来，彻底失去信念的时候它却重重地砸在我头上。我赶快给妈妈打电话，颤抖地告诉她我的梦对了一半：的确被录取了，但奖学金是半奖，不是全奖，要不要去。妈妈尖叫着说：“傻孩子想什么呢？当然要去啦！”

那一秒钟，我感觉自己仿佛听到了梦想成真的声音，听到了理想变成现实的声音。我过去那么久的所有努力，真的没有白费。所有的付出，真的都得到了回报。我的这个大胆尝试，真的成功了。我这么多年的出国梦，竟然真的实现了！那种明明很真实，但却让人觉得很不真实的感觉，我现在依然可以清晰地感受到。我在想，过去很长的一段时间里，我所有的焦虑、痛苦、汗水、泪水、孤独、劳累，在

这一刻，都值了。真的。奋斗了那么久，付出了那么多，最后等的，就是这一刻。

我一直都梦想着将来长大的时候，可以走出去看一看这个大千世界。在低头默默奋斗了无数个日夜之后，这一天竟然真的来到了。我做到了。我凭着自己不懈的努力，竟然真的做到了！经过了这么久的奋斗后，我又一次改变了自己的命运，实现了自己的梦想。更重要的是，我明白了一个道理：只要内心够强大，决心够坚定，行动够果断，坚持够持久，抓住身边的每一个机遇，那么，每个人都有机会变为强者，变为成功者。还是那句话：心有多大，舞台就有多大。既要敢想，又要敢做，心里有了目标之后，就大踏步地走出去，真正做一名勇敢的人生斗士。

刚刚被录取时激动的心情，最终也只持续了一天之久。很快，这种激动的心情就被接下来所有的琐碎之事淹没。签证材料办得并不是很顺利，但最终还是有惊无险地通过了。之后，便是忙碌在各个地方，与亲戚告别，与好友聚会，收拾行李，各个装箱……

2008年年末，短暂且匆忙。白天无论再忙，晚上我都会在家里陪着妈妈，和她共同想象美国到底是什么样的，那里的生活会是什么样的。一直以来我都想离开自己所在的小城

市，走出去看看，而这一刻，竟然真的到来了。这一次，我竟然要离家这么远。手里握着通往大洋彼岸的机票，心里有着说不出的感觉：企盼，希望，担忧，害怕，激动，犹豫，紧张，以及一万个不舍……

我开始疯狂地在博客上写各种感谢的文字。感谢妈妈做我最好的朋友，感谢她教会我“小马过河”的道理，感谢她安慰我、鼓励我，感谢她为我做出的所有牺牲，感谢她给予我的一切关怀、支持和无尽的爱。感谢爸爸做我坚强的后盾，感谢他告诉我“你要看清你眼前五米的路”，感谢他告诉我我是一个坚强且优秀的女儿，感谢他告诉我他永远都爱我。感谢父母在我过去还是一个坏孩子的时候，从没抱怨过，从没放弃过……

感谢胖咸鱼做我的知己和战友，感谢她让我在骄傲时清醒、懦弱时勇敢，感谢她的“你真的不知道你有多强大”，感谢她对我永远的信任和忍让，感谢她与我一起奋斗。感谢寄托小分队的成员们和我最棒的舍友们，感谢他们对我的鼓励、支持、谅解和默默的关心，感谢他们与我一同携手奋战。感谢所有在我的申请路上帮助过我，以及与我共同经历那段时光的好朋友们，没有他们其中的任何一个，我的这段路都可能会更痛苦。感谢的话语永远都说不完。

人的生命是连续的，中间缺掉哪一个环节都有可能无法到达梦想的彼岸。

2008年一整年，感觉它过得好慢，发生了很多事。可现在回想起来，又觉得它过得好快。这一年里，我又经历了一次“珠穆朗玛峰”考试，虽然没有达到自己的预期目标，但却觉得自己胜利了，因为从过程中学到了太多太多，不仅在英语能力方面提高了，更重要的是从心智上和思想上变得更加成熟。

2008年这一年，我完整地经历了出国申请的全部过程，从最初的选专业、选学校，直到最后的签证，真正凭借自己的努力和奋斗实现了从普通一本到美国名校的蜕变。经历这一切之前，我怯懦了很久，因为对未来的未知感到恐惧。但是，当勇敢地迈出第一步后，发现其实这里的每一件事都没有当初想得那么难。慢慢发现，当遇到一件难事时，理智地分析它、耐心地研究它、认真地解决它，远远要比独自躲在黑暗的角落里害怕和恐慌更明智。2008年经历的一切，体会的一切，受益终生。

出发去美国的当天，妈妈、爸爸、表弟和胖咸鱼一起去机场送我。大家说说笑笑，谁也没有提及“离别”这个字眼。我故意赖很久，不想进安检口。最后不得不走的时候，也只是潇洒地给了每人一个紧紧的拥抱和大大的微笑，

然后“狠心”地转身离开。刚一转身，眼泪便冲出眼眶，但是也没敢再回头多看一眼……



之前看星座预言，说2009年对于天秤座来说，将会是挑战重重的一年。我明白我在2009年所要面对的挑战：这一年，我要去一个新环境，不仅学校是新的，专业是新的，同学老师是新的，就连所说的语言及所接触的文化，都将是全新的。我明白未来的路还会很难走，因为西方的月亮不比东方圆。未来的路一定会充满更多磨难和挫折，我必须拿出十二万分的斗志去面对。辛苦换来的结果，我要倍加珍惜。从小到大，我学英语学了将近十五年，但是对我英语能力真刀真枪的考验，其实才刚刚开始……

小贴士

关于出国留学的申请流程

一般情况下，出国留学的申请流程包括以下几个步骤：

第一步，准备出国考试，包括GRE/GMAT、托福/雅思等；

第二步，选专业、选学校；

第三步，根据不同学校的不同要求，准备申请文书（包括个人陈述/写作样本、简历、成绩单、推荐信等）；

第四步，提交申请材料；

第五步，等待；

第六步，收到录取，并办理签证。

你可以从任何一个出国留学论坛的精华帖中，找到以上总流程及流程中的每一步的详解。

以上流程具体需要花多少时间，这是一件因人而异的事情：少则一年，多则N年，全看个人行动力之强大、出国心之迫切，以及当下事情进展的顺利度。

关于奖学金的申请

很多人都问我："出国留学申请的过程中，到底怎么样才能申请到奖学金？"

首先，我想说明，我不是留学方面的专家，所以以下个人观点仅供参考。

一件需要搞明白的事情是，获得奖学金的申请人必须是综合素质非常高的申请人，这里强调的是"综合"素质。一份完整的申请材料由很多部分组成，包括你的出国考试成绩，大学本科成绩，实习/工作经历（即简历），推荐信，个人陈述/写作样本等。每个学校在发放奖学金的时候，都会把你提供的所有材料进行综合考量。并不是说你的GRE很高而其他很一般，人家就会把奖学金给你；也不是说你的工作经历很丰富而其他文书质量一般，人家就会把奖学金给你；更不是说你大学时一直全系第一而其他很一般，人家就会把奖学金给你。这些都不是。

对方大学只会把有限的奖学金奖给那些真正品学兼优的人，

即那个既有优秀的硬件条件（出国考试成绩和大学本科成绩），又有无敌的软件条件（实习/工作经历，推荐信等）的人。在几个综合素质都齐平的申请人中，学校还可能会通过面试或电话面试的方式，来进一步了解申请人，以便更好地做出奖学金发放的决定。所以，要想申请到奖学金，你必须得尽全力，将申请材料中的“每个”部分都做到你能力范围之内的“最好”。一句话，对方学校希望把自己仅有的奖学金发给那些真正优秀，且值得得到这份奖学金的人。

除此以外，还有很多令人琢磨不定的因素可能会影响到奖学金的发放。例如一，大多数学校都是秉着公平的原则来发放奖学金的，因此，他们会在本地学生与国际学生之间以一定的比例来发放。在国际学生之中，他们也会争取将奖学金发放给来自不同国家的学生们，不可能把所有的奖学金都给了中国学生。例如二，有些学校由于种种因素可能会比较偏爱中国学生，比方他们的院长是华裔啊，校长是华裔啊，院长校长对中国有深厚情结啊，他们的中国校友曾对母校做出过重大贡献或捐款啊。在这样的情况下，中国学生得到奖学金的几率就有可能会大一些。例如三，奖学金的发放也是和具体学校、具体专业、具体学位有关系的。有的学校可能明文规定第一年不为国际学生提供奖学金；有的专业或学位（多见于文科硕士学位）可能历来申请奖学金就非常难，原因不是院里不愿意资助奖学金，而是院里自己资金也不足，所以给不出奖学金。

综上所述，申请奖学金是一件包括主观因素及客观因素在内的事情。主观方面，你要尽全力将你的申请材料的每部分都做到最好。客观方面，在申请之前要跟学校打听清楚：对方是否为国际学生提供奖学金，历届学生里拿到奖学金的中国学生比例是怎样的，奖学金数额大体是多少，被录取之后是否还会有其他申请奖学金的机会等。除此以外，在评定奖学金这个纷繁复杂的过程中，你唯一能控制的环节就是做好你的申请材料，并做好你自己。



第六部分 人在美国

——美国进行时（2009年1月—现在）

心有多大，

舞台就有多大。

不论顺境还是逆境，

我们都应该永远踏实地认真地做每件事，清醒地勇敢地过生活，

坚强地本真地做自己，

并虔诚地怀揣着每个美好的愿望。

总之，

一句话，

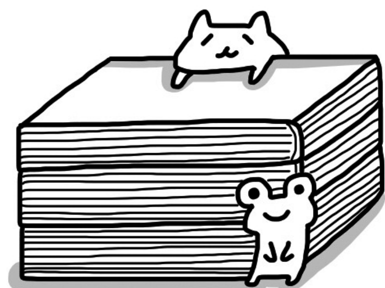
永远别忘记自己的人生目标，

踏实做事，

老实做人，

其他一切都不重要。

第一章 再谈“听说读写”



来到美国之后，我和其他所有留学生一样，每天都经历着对自己英语能力的各种考验。即便之前在国内读的是英语专业，即便之前读过很多英文原著、背过很多单词、听了很久的听力、练了很长时间的口语，即便现在已经在美国待了很久，但每当我面对一篇论文或一个项目的时候，依然会觉得这仿佛像一次大考一般，依然会觉得自己在听说读写各个方面都经受着大小不一的打击。幸运的是，我已经不是小时候的那个我了。过去的十年里，我时

而经历高峰，时而遭遇低谷，不断地失败，不断地爬起来重新迈步，已经在磨炼中渐渐学会了如何去应对冲击和挑战，学会了慢慢在隐忍中找寻解决问题的途径。我不再担心焦虑，不再想着放弃，而是将全部精力放在如何战胜困难上，并把每个困难都看作是成长的经历和进步的契机。

第一节 化零为整：如何利用碎片化时间学英语



来了美国之后，我在学习上经历的第一个重大挑战，就是到底该如何利用碎片化的时间继续学习英语。之前在国内读本科和研究生的时候，我不用去担心这个问题，因为我是英语专业的学生，每天大把大把的时间全部都可以用来学英语。可是到了美国之后，我的专业变成了社会工作，每天醒着的大部分时间都花在了上专业课、写论文、实习和校内图书馆的兼职工作上，空余的时间少之又少。好不容易晚

上回了宿舍之后，感觉自己已然累成了狗，根本没有更多的精力去学英语了。这种状态在很长的一段时间内困扰着我，但因为最初我还纠结在适应异国环境和文化的事情上，所以并没有采取什么措施。直到后来我在英语的听说读写各个方面都遭受到了重创，才突然清醒地意识到是时候该继续把学英语的目标重新提上日程了。

起初，我并不觉得通过利用零零散散的碎片化时间对于英语学习能起什么太大的作用，这不仅仅是因为我以前已经习惯了利用大块时间来学习，更是因为当下的我觉得自己每天忙到焦头烂额，好像根本没有很多空闲时间可以腾得出来。凑巧的是，某一天晚上我在网上看了一个TED演讲的视频，演讲人说那些认为自己没有时间的人，其实并不是真的没有时间，而是因为他们在有时间的时候做了和目标无关的事，导致时间被大把地浪费掉而不自知。演讲人说，只有先学会如何对自己每天碎片化时间的利用情况进行追踪，才能真正知道你到底有多少碎片化时间，你才能进而去找办法最大程度地利用它。

看完此视频，我热血沸腾，第一时间在手机上下载了一个时间管理的APP，开始对自己每天的时间利用情况进行详细记录。不记不知道，一记吓一跳！平均算下来，每天的24小时

里，我大概花8小时睡觉，4小时上课，4小时读书和写论文，4小时兼职或实习，那剩下的4个小时跑到哪里去了？这4个小时到底是如何被碎片化的？一看手机记录，原来全部是零零散散的诸如做饭、吃饭、上厕所、交通、打电话、刷手机、打扫宿舍、购物、发呆等活动。

连着记录了一周之后，我恍然大悟：啊，原来我是有很多碎片化时间的，并不是像我当初想得那样每天忙得“没时间”。那么，我到底该如何利用这些碎片化的时间来学习英语呢？

首先，我并不觉得所有的碎片化时间都应该用来学习，一是因为人脑的确需要休息，不会休息的人就不会高效地工作，二是因为并不是所有的碎片化时间都适合去学习，比如打电话和吃饭的时候，我就只想专心地打电话和吃饭；开车的时候，我也只想专心地开车，不想因为非要听懂什么英文听力而导致走神发生车祸。于是，我把一些我个人认为不利于学习的碎片化时间排除了之后，剩下的我认为可加以利用的碎片化时间包括：刷手机的时候，打扫宿舍的时候，以及等待和乘坐公交、地铁的时候。

弄明白了到底哪些碎片化时间可以被利用后，我的下一步就是要搞清楚在这些碎片化时间里该做些什么。英文的学习说白了就是背单

词，以及听说读写。我想，以前我在刷手机的时候，总是在看一些明星的八卦狗血新闻或是搞笑视频，为什么我就不能用其中的部分时间去阅读一些短小精悍的英文短文？这样既可以练习阅读，又可以通过大量的文字输入为我的写作打好基础。

于是，我给自己列了一个非常容易实现的目标，就是在看明星八卦、狗血新闻和搞笑视频之余，每天在刷手机的时候只看一篇英文文章。这篇英文文章可以是任何题材、体裁和出处，只要作者的母语是英语，那么我就会认真地看起来。每天只一篇，多了都不看，因为在实施新计划的初期，我不想给自己太大的压力，也不想把目标定得过于宏大，以免完不成打击自己的积极性。

除此以外，打扫宿舍的时候，我可以同时干点儿什么呢？经过了一些尝试后，我发现打扫宿舍时是练习听力的绝好机会！起初，我并没有去挑战新的听力材料，而是把已经看了无数遍的《越狱》又拿出来重新看了一遍。每当打扫宿舍时，我就会拿电脑功放《越狱》，边打扫边认真地听里面的每句台词，一有听不懂的地方就暂停下来反复琢磨，琢磨不出来的就参考英文字幕，然后挂着英文字幕反复听几遍，加深那个音在脑海里的印象，之后继续往下听。道理是一样的，我不想给自己太大的压

力，于是我给自己的任务是每天睡前看一集。

等待和乘坐公交、地铁的时候，是背单词的大好时机！刚到美国的时候，我觉得自己不懂的单词实在太多了，因为我发现之前为了考试而背的单词都太过学术化，反而是很多生活化的单词是我不认识的。于是，每当我在阅读英文文章，听美剧或上课的过程中遇到任何不会的单词或短语，我都会随手记录在一个小本子上。这个小本子就像是我的影子，无论走到哪里都会跟着我。每当我在等车或坐车的时候，就会随手拿出来随便看几眼。我不会强求自己一定要去背会它，我只是告诉自己只要能在现有的时间内多翻几次，那早晚会慢慢记住它。我不给自己太大的压力，所以起初给自己的任务就是每天翻看五个单词。

就这样，我利用碎片化时间来学习英语的小计划就有了雏形：每天看一篇文章，听一集美剧，翻看五个单词。开始实施新计划的时候，我用手机下载的APP继续记录每天的时间利用情况。渐渐地我发现，之前利用情况不明晰的4小时减少到了3小时，而每天学习英语的时间多了1个小时。在这个过程中，由于压根儿没有给自己很大的压力，我反而觉得自己在读文章，听美剧和看单词的时候，是带着一种好奇心和求学心去进行的，而不是为了学而学、为了完成任务而完成任务的心态。

由于起初我给自己定的任务量非常少，完成起来没什么难度，所以总是能够按时完成每天制定的任务。每当任务完成之后，我就会感到欣喜若狂，还会定期奖励自己。我逐渐地意识到了碎片化时间对于英语学习的重要性，我学习英语的动力也变得越来越强了。不过，动力虽然是变强了，但是我在听、说、读、写四种能力成长的过程中，遇到的那些困难却依然是那么真实。

第二节 听力拉锯战



就从听力说起吧。第一次让我小震撼的时候，是初到美国，飞机刚刚降落在芝加哥国际机场的时候。飞机上的乘务员在播报转机信息，告诉我们去往其他城市分别要去到哪个航站楼转机。她声音温柔，但语速飞快。不知道是因为乘务员语速本身就很快，还是因为那天我的情绪太兴奋太紧张了，总之，她说了一连

串的东西，我一个字都没听懂。乘务员非常职业地又简略重复了一遍信息，我坐在那里认真地听，拿出以前听英文广播的精神，但依然只是捕捉到了几个零星的单词而已。当时的感觉非常慌张，心里反复在想：美国人说话怎么这么快，根本听不懂啊！

后来开始上课、结交新友时，我才渐渐发现，原来美国人的说话语速真的很快，大大快于国内各种英语考试里播放的听力语速，有时甚至快于电影里人物对话的语速。第一学期上课时，我不得不时时刻刻以百分之百的注意力极度认真地听老师说的每一句话，因为如果稍不留神，他们就叽里咕噜地说出去很多句子了。

老师们如此，同学们更甚。美国学生的语速可以用“疯狂”来形容。起初，最让我发怵的就是小组讨论，三个一群五个一伙的，大家你一言我一语，速度不是一般的快。起初我往往插不上嘴，因为首先我需要一定时间反应一下他们每个人分别说的是什么意思、表达的是什么观点，然后我需要一定时间在大脑里形成自己的想法和观点，其次我需要一定时间把这个想法组织成比较像样的英文句子。等这一系列过程结束后，人家那里往往已经以疯狂的速度你来我往地进行了N轮新讨论了。最初几周的打击过后，我心里只有一个疑惑：之前的英语怎

么都白学了？



我和妈妈吐槽说国内学了那么多年英语，自以为了不起了，可来了美国竟然完全跟不上人家的进度，简直就是白学了。妈妈说："不是'白学'了，而是没有'学到位'。你平时说汉语的速度也很快，为什么我还是能听得懂呢？那是因为我说了一辈子汉语，对它非常熟悉。对于一个你非常熟悉的东西，它就算再难再快，也不会把你难倒的。"

突然间，我明白了一个道理。之前国内的学习已经告一段落，现在来到美国展开学习的新篇章，但这并不代表英语学习这个过程就彻底结束了。来了美国之后，生活要继续，学习要继续，学英语的历程更要继续。英语学习是一种对能力的提升，它并没有所谓的"终点"。你可以学得很好，但总会有更多进步的空间。先前在国内的学习不是白学，也根本不可能是白学。现在通过检验，发现了自己的不足，就应该更好地利用身边的语言环境来提高自己的

英语能力。起初我在国内时是通过听广播、看电影来练听力的，现在身边全都是说英语的人，随时随地都可以练听力。这么好的机会，为什么不好好地利用起来呢？

于是，我改变了心态，开始认真地利用每一个大的小的机会练听力。上课时，我会非常认真地听课，一有听不懂的地方就随时问身边的美国同学。下课后，我也会时不时地“偷听”邻座的美国同学之间的聊天。平时走在校园里，和迎面走来的美国同学擦肩而过时，我也会下意识地注意一下他们在聊些什么。久而久之，我发现能听懂的东西越来越多了，而且对他们说话的语速也越来越习惯了。细细分析来，我觉得，对于我来说，有时听不懂的原因可能有以下几个：

第一，对话题的内容不够了解。举一个非常典型的例子：宗教。每当陪朋友去教堂时，神父说话内容的一大半我都不明白。这种“不明白”，并不是因为我听不懂他说的话。我都听得懂，如果给我一台笔记本，我可以在他说话的同时敲下他说的每个句子。导致我不明白的原因是我对他说话内容的背景知识不了解，比如某个教派的演变史、某个教派的信仰、某个教派的仪式内容，等等。

第二，有太多俚语根本不知道是什么意

思。英语是一门发展太快、演变太快的语言。之前，它就已经包含很多俚语和口头语了，但是由于网络的盛行，新词语一直都在以成倍的速度激增着。即便之前我在国内看过很多诸如“英语日常俚语总汇”之类的东西，即便过去通过看电影学会了很多口头语，但当我真正来到这个大环境时，才发现我自己知道的实在是少之又少，还有太多太多的东西需要我去学习和积累。

第三，恐怖的口音问题。这是另外一个绝对会造成听力障碍的因素。能听懂标准的美音或英音本身就是一件很难的事，如果是不标准的音，那就是难上加难了。在美国，不同地域、不同肤色的人说话都会带有自己的口音，就好比在我们国内，各个地方都有自己当地的口音和方言，来自南北两地的人们有时也可能会听不懂彼此讲的普通话，是一个道理。在美国，很多时候白人也听不懂黑人说的英语，北方人听南方人的口音也觉得别扭。对于美国人尚且如此，那么对于去到美国学习的国际学生们，就更是如此了。

要想克服以上三个因素，使自己的听力进一步得到提高，只能通过长时间的练习和积累来慢慢适应。对于不懂的谈话内容，可以通过上网查询资料或读书来拓宽自己的知识面。对于随时听到的新的口语俚语，可以随手记下

来，查清楚意思，并尽量将其运用在自己的日常沟通中。还是那个道理：只有自己主动运用的知识才能被扎实地记住。对于口音问题，只能通过日积月累和多跟他人聊天来得到提高。这是一个非常漫长的过程，同时也是一个习惯的过程，就好比当一个北方人初次搬到上海居住时，可能无法很快就听得懂上海话，但一定会通过长时间的耳濡目染而慢慢听懂。

从当初刚到美国直到现在，我已经在这个环境中生活了多年。实话实说，我依然做不到能听懂人家对话的100%。也许，根本无法用一个简单的百分比来概括。但是，我已经明显地感觉到了自己的进步，对当地人的口音也习惯了很多，甚至可以通过口音从一堆美国人中辨别出来哪个是外州人。我的个人感觉是，英语听力的进步真的非常非常慢，但绝对不能因为慢就放弃练习，绝对不能刚刚练习一两个月就妄想自己能有巨大的成效。要坚持，坚持，再坚持；积累，积累，再积累。非常重要的一点是，尽量不要以天为单位来衡量自己的进步，这样的话很容易造成两个负面结果：一是急功近利，二是易受打击。如果真的想从根本上来提高听力能力的话，就一定要做好打长期拉锯战的准备。要相信，长远的大进步是由很多个小进步组成的，就好比未来是由很多个“今天”组成的。只要你每天都做一点，不放弃地一

直做下去，那么未来的你一定会为自己的进步感到骄傲。当你转身看着自己一路走过来的脚印时，你甚至会禁不住地感叹道：天啊，没想到在不经意间，我已经走了这么远。

第三节 提高口语从勇于张嘴开始



在美国，口语方面的冲击可谓是痛彻心扉。我曾经因为托福口语考了28分就天真地以为自己的口语没问题了。但直到来了美国以后，才发现自己的想法是多么的幼稚。

第一学期第一节课上，老师让大家轮流做自我介绍。其他美国同学说得都那么流利，语速都那么快，我的心怦怦地跳得厉害。我暗自在心里组织语言，练习措辞，恨自己之前为什么没有提前准备好一小段自我介绍。越是快要轮到我的时候，我的心跳得就越厉害，等旁边女生说的时候，我感觉自己的心都快要跳出来了。轮到我的时候，我开始噼里啪啦地说，根

本不知道自己在说什么，似乎都能听到自己的声音在颤抖，似乎都能感受到脸已经红到耳根子。边说边觉得好紧张，一个句子颠来倒去，自己听着都觉得别扭。

我平日里其实是一个话很多的人，而且中文语速非常非常快，无论是见到认识或不认识的人，总是嘻嘻哈哈地跟人家说一大堆。可是，来到美国的课堂后，出于对自己英语口语的不自信，我竟然有史以来第一次变成了一个沉默寡言的人：课间休息的时候我不敢抬头，只是假装一个人低头写笔记，因为害怕有人会过来和我打招呼，害怕不知道和人家说些什么，害怕说话出错误而被人家笑话；下课的时候，我也不敢和同学们聊天，大家都说说笑笑谈论着各种话题，我只能先灰溜溜地回家给自己做饭，先填饱肚子再说。

逃避不是办法，必须得找寻应对策略。我仔细琢磨，发现口语方面我最大的担心之一就是语调问题。我以前把自己说的口语录下来听过，听上去感觉调子是平的，而美国人说话时语调非常夸张，听起来很有抑扬顿挫的感觉。于是，为了锻炼自己语调的抑扬顿挫，我开始模仿别人说话。比如，在超市购物时，若是听到夫妻两人在讨论买什么东西，我便会在心里模仿人家说话的语调，自己学着说很多遍。或者，看电影的时候，如果听到一个句子有非常

奇怪的调调，我也会暂停住电影，自己疯狂地模仿几遍。平时自己说口语的时候，也会有意地把学到的语调运用起来。由于我的模仿能力很强，所以经过了两年多的练习后，我发现自己说的英语也慢慢地开始变得有些抑扬顿挫的感觉了。

口语方面，我最大的担心之二就是不知道该如何表达自己想说的意思，因为我总是受单词量或句子结构的限制。后来研究了很久，我发现克服这一困难最好的方法——至少对于我来说——就是与别人多多交流，从别人口中学习最地道的说法，然后自己把它记下来，并将其运用起来。比如，我头一天和A同学狂聊，从A那里学到了几个表达方式，晚上我便会上网查清楚意思，弄明白用法，记在自己的小本子上，等到第二天的时候，我就会有意地把这几个新学的表达方式在B同学身上运用一下。其实，这个方法听起来貌似很笨，但人们平日里的学习其实都是这样的。比如，当“给力”这个词刚刚出现在网络的时候，也是一传十，十传百。某个人先学会了这个词，每天挂在嘴上，你起初没有听懂是什么意思，后来学会了，便也开始每天挂在嘴上，之后别人又从你那里学了过去。英语有成千上万的口头表达法，只能通过慢慢积累来扩大自己的口语单词量，并通过反复练习反复实践来将其掌握得更扎实。

口语方面，我最大的担心之三就是面子问题。说实话，有时候我不敢说英语，其实很大程度上是由心理因素导致的：害怕犯错误，害怕被笑话，害怕说错了以后丢面子。可是，不跌倒哪能学会走路？不呛水哪能学会游泳？名言都说了，失败是成功之母，没有母哪能有我？没有失败哪来的成功？害怕犯错误，怎么能有进步？事实也的确如此：每当我因为害怕犯错、害怕丢面子而拒绝和别人多沟通的时候，我的心情就会变得很内疚，很难过，口语水平也会因为几天不张口而变得更糟糕。相反，每当我抱着豁出去和不怕犯错的心态勇敢地张嘴说口语的时候，反而会觉得心里很开心，同时口语水平也会因为不断的练习而有所进步。

实践出真知，就算各种表达方式学再多、俚语积累得再多，如果不张嘴说，口语是不会有任何进步的。不运用的知识再怎么样都是死知识，只有被运用的知识才算是活知识。就好比，我会流利地说汉语，是因为我从出生到现在，每天都在说汉语。虽然我没有意识到，但其实已经通过每天的练习积累了二十多年。如果我只是听别人说汉语，看别人写汉语，但自己从来一句话都不说的话，那么当我张口说第一句汉语的时候，也肯定会紧张，肯定会打磕。这是相同的道理。所以，提高口语能力一

定要从勇于张嘴开始。

第四节 读与写的“孪生情谊”



之前复习托福和GRE的时候，我每天抱着杨继的《GRE阅读剖析及全真题解读》和魏宇燕的《GRE阅读39＋3全攻略》这两本书，把里面的每篇文章分析到吐，找文章中心句，找段落主题句，找转折词，找承上启下……我不明白为什么读文章不能好好地读，而非要把它五花大绑起来进行“肢体拆解”。我曾以为所谓的“阅读技巧”只是用来考试而已，只要考完试，以后就再也不用这么痛苦了。可是到了美国以后，我才发现我错了。

在美国，每门课的老师都会留无数的课后读物让学生们读。不读书，上课就听不懂老师的讲课内容。不读书，上课就没法参与课堂讨论。不读书，课下就肯定写不出论文来，即便写出来，老师也可能会因为内容空洞的原因让

同学们重写。于是，读专业书成了我生活中最为重要的事情之一。起初我抱着厚厚的几本书，不知道该如何下手。随便翻开其中的一本，认真读了一个章节后，竟然发现我花去了一个多小时的时间，速度实在太慢太慢。

研究来研究去，发现拖慢我阅读速度的第一大敌，还是单词量的问题。以前背GRE单词时，崩溃到要吐，对着大树一顿暴捶，发誓考完GRE以后绝对再也不碰这么恶心的单词了。在网上曾经看到有人说："GRE单词其实是有用的，在美国读研究生时自然就知道了。"我心里纳闷："怎么可能？怎么会有人在自己的文章里运用这么变态、这么偏僻、这么没有'人性'的词语？"但真的来到美国之后，真的开始研究学术论文、翻阅专业文献时，我才发现原来GRE单词真的是无处不在。是啊，GRE是北美研究生入学考试，如果在北美上研究生时用不到这些词，人家为什么要考你呢？既然要考，就肯定有它的目的所在。单词不认识，既无法透彻理解文章内容，还会严重拖慢阅读速度。所以，GRE单词必须得掌握扎实！

拖慢我阅读速度的第二大敌，就是我的读书方式。每学期有那么多课要上，每门课都有浩瀚的参考书目要读，如果一页一页地读，那么读完全部的几本书后，估计花儿都凋谢了，等把论文写完了，恐怕老师都要退休了。于

是，我开始设法缩短读书的时间，决定只把每本书的重点挑出来读。有了这样的想法之后，以前学会的“找中心句，找主题句”的技能竟然被派上了用场。这样的方法，不但可以找到重点，知晓论据，还可以大大地节省阅读时间。于是，我开始感恩当初在复习托福和GRE阅读时付出的每一份辛苦以及学到的每一点技巧。下次回国的时候，我一定会把《GRE阅读39＋3全攻略》那本书找出来，再认真地钻研五遍！

读参考书的目的是为了更好地写论文，可是我在写作方面受到的冲击竟然是听说读写四项里最大的。以前在国内复习GRE和托福的时候，很不耐烦地练习写作，每天不得不用“写不完就不吃饭”的方法，来强行逼迫自己去完成计时写作任务。那时从来没有想过，当年锻炼出来的写作能力在我漂洋过海后，竟然会无数次地拯救自己，无数次地为自己获得A的好成绩。

在美国，由于平日里总是有一个又一个的论文作业，所以不得不逼着自己一直写下去。最初写第一篇正式论文的时候，非常不适应，老师不但对文章的内容有着极其严格的要求，就连论文电子版的页边距、行间距及字号大小都有着非常严格的规定。起初，我完全不知道要从何入手，后来经过不断的摸索，发现其实每一篇论文都是一个扩大版的八股文，文章的结构和之前章节里提到的行文结构一模一样。

更重要的是，通过实践，我发现阅读和写作这两者就像孪生姐妹一样：读的东西越多，写出来的东西也越地道，下笔也更流畅；写的东西越多，读书的时候也更容易找重点去读，因为当你明白一篇文章的基本架构时，你就会知道到底哪些部分应该认真去读，哪些部分可以在时间不够的时候快速浏览过去。

两年以来，专业方面的读书量大大地提高了我的英文写作能力，因此证明阅读对写作一定是有巨大帮助的，正所谓有“入”才能有“出”。可需要强调的是，要想从根本上提高写作，还是得靠自己亲自动笔才行。只有动笔多练，才能知道自己到底差在哪里：究竟是差在语法？差在结构？差在用语贫乏？还是差在论证空洞？研究生两年下来，同其他留学生一样，大大小小的论文我写了几十篇，共计十几万单词。写作时的感觉从最初的害怕，到疲惫，到厌倦，到麻木，当一切都结束的时候，竟然发现自己的写作能力真的强大了好多。可见有付出才能有回报，真的是这样。

第五节 英语这个东西



英语这个东西——更准确地说——应该是语言这个东西，根本就是有始无终的。学习语言的过程，就像是开启了一段没有终点的旅程一样。语言是一种能力，既然是能力，只要勤加练习，就一定会通过实践的积累和时间的流逝而变得越来越精湛。就好比现在我的英语水平比大学时要好很多，而五年后的我，则一定会比现在好很多。起初我以为在国内消灭掉托福和GRE，就可以“圆满”了，但那其实只是衡量自己英语水平的考试而已。考试结束了，得到了好的分数，并不代表就真的充分掌握这种能力了，还是得通过不断练习和不断积累来进一步提高它。现在回想起来，其实攻克英语考试相对简单，只需要背好单词，买来真题，单项逐一击破，多多做题就是了。真正难的是如何从根本上提高英语能力，以及如何在反复进步、受挫、再进步、再受挫的过程中，依然非常有力地坚持下来。

英语里面的听说读写，是不可分割、相辅

相成的关系。学好了一项，对另外三项都是有帮助的。例如，古语说“读书破万卷，下笔如有神”，阅读与写作之间的关系不但适用于中文，也同样适用于其他语言。又例如，小孩子学习说话，有时候是家长一个词一个词教着说，有时候是孩子听家长说多了，自己慢慢就学会了，从而证明听力是对口语有帮助的。这些道理用身边的例子来佐证，就显得好理解多了。所以，很多人在练英语的过程中，将听说读写四者彻底割裂开来的做法是不太恰当的。

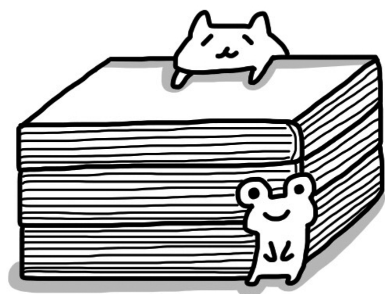
此外，在我看来，所有关于如何成功的“窍门”，归根到底也许只有两个字：坚持。说起来容易，但做起来的确非常难。一个人其实可以通过很多途径来感受这两个字的力量，比如多年以来坚持读书，最后可以被人们形容为博览群书；多年以来坚持锻炼身体，最后练得一身钢筋铁骨；甚至坚持每天上网浏览娱乐新闻，最后变成一个八卦通；或者是坚持每天打魔兽，最后修炼成宇宙超级霹雳无敌的魔兽之王。不管怎样，有意识或无意识地，你会发现，事情做得多了，自然就熟练了。

学英语也是同样的道理。从小到大，我学英语的方法以及所用过的材料其实非常单一，单一到当别人询问我某套材料好不好、某种学习方法有没有效的时候，我甚至无法给出一个合理的答案，因为我没有尝试过，所以没有发

言权。一路走来，我只是很简单地在某个阶段做某个阶段该做的事情：面对考试时，认真研究真题；面对能力提高时，守住一种方法，然后一直坚持下去。

突然回想起来，小时候的我非常害怕英语，觉得那是另一个国度的语言，只有不同思维、不同肤色的人才能掌握它。现在却发现，其实它并不是一个十分恐怖或是极其艰难的过程，也并没有什么所谓的“诀窍”“秘籍”或“捷径”可言。唯一需要做的，只是找寻到一个真正适合你自己的方法，并坚持下去。我的英语，也是从最初的“大伯五”开始，后来不断地经历失败和打击，却依然“厚颜无耻”地继续坚持、不断尝试、不断练习、不断积累，才到了今天这样。横向比较的话，如果你觉得我的英语水平比你好，那也许只是因为我坚持得比较久而已，只是因为我找到了适合自己的学习方法，并一直坚持这种学习方法，而不是一直换来换去。而同时，世界上一定还有成千上万、数不胜数的人英语水平比我好很多，因为我付出得还不够多，还需要继续坚持、继续努力才行。

第二章 成长感悟



第一节 关于零基础学英语



一直都有很多人向我询问，说自己的英语是零基础，现在由于种种原因，想开始自学英语，却不知道该从何做起。还有很多人说自己在小学/中学/大学阶段先后学过一些英语，但毕业后早就不用了，很多知识已经忘记得一干二净，现在由于个人爱好或工作原因，需要把英语重新捡起来，可却毫无方向。因此，我想

和大家分享一下我在这个问题上的一些建议和想法。

首先，需要明确的一点是，无论你的基础到底如何，无论你到底是为何要学习英语，只要你的目标是想真心把它学好，做到可以和别人进行一些日常的沟通交流，可以看个报纸赏个电影，或是可以在工作场合把它运用起来，那么“自学英语”的这个过程就是一个慢功夫，需要长期的积累。凡是保证七天如何、十五天怎样、三十天变身之类的，都是不现实不靠谱的。也许行业里有一些较为靠谱的短期提高英语能力的门道，但我总感觉那种方法早晚会有反复。我这里想和大家分享的是在零基础的前提下，如何从根本上提高英语能力的方法。

就像我前文强调过的，英语中听、说、读、写各个方面都是一种硬实力，能力的提高是需要日积月累和反复练习的，绝对没有捷径可以走。如果方法找对了，也许可以省去走弯路的过程，但也绝对不可能省去付出和修炼的过程。如果你想要的是快速捷径，那么这篇文章里可能没有你想要的答案；但如果你是真心希望下功夫去把英语重新捡起来，那么请继续往下读。

弄明白了“提高英语无捷径”这个道理以后，我们来看看具体的方法论。

第一步：制订合理的学习计划

在进行任何学习之前，制订一个靠谱的、合理的学习计划真的是再重要不过了。无论你是在校生，还是职场中人，只有有了一个清晰的、具体的、可衡量的学习计划，才能保证自己在学习的过程中有的放矢，尽量把时间的利用率最大化。

制订计划的时候，首先要搞清楚自己“自学英语”的具体目标是什么，在听、说、读、写各个方面你分别渴望达到怎样的一种水平，这种水平该如何衡量。然后，要比较实际地计算一下自己目前的生活里，到底每天有多少时间是可以用来学习英语的。我这里强调“实际”，主要是因为很多时候我们在做一件事之前，总是带着一腔热血，满腔热忱地列下无比宏伟的计划，可这种计划往往由于不够现实，导致自己三天打鱼两天晒网，坚持了几天最后就放弃掉了。因此，搞清楚了自己每天到底有多少时间是真的可以用来学英语，你才能把总的学习任务以天为单位分配到每一天的时间格里去。

我以在职学英语为例子，来具体地讲解一下该如何制订合理的英语自学计划。假设小乔目前是在职学英语，目的就是能和他人进行简单的英语对话。她以前在大学里学过英语，但毕业后工作多年，之前学到的英语知识早已记

忆模糊，所以几乎要从零做起。

小乔需要做的第一步，就是把自己自学英语的目标再细化一些。“和他人进行简单的英语对话”，到底是和谁进行对话？是和身边的朋友进行日常类的对话，还是和同事/老板进行和工作内容相关的对话？学口语类英语和商务类英语需要的学习计划可能会大不相同。

假设小乔是想学前者，那么她就需要计算一下，每天除去上班时间和一些必有的日常活动外，空余的零散的可以用来学英语的时间到底有多少。其实计算碎片化的时间并不容易，在这里我推荐你下载任意一款用来追踪你每日时间分配的手机APP，来好好算一下自己每天到底有多少碎片化时间。

假设小乔知道自己每天白天各种零零散散的碎片化时间加在一起，大概有一个小时，而晚上大概可以抽出来一个小时学习，那么小乔的下一步就是搞清楚自己到底有多少学习量，是可以平均地分配到每天的这两个小时中去的。为了使自己的目标更清晰，我推荐你一定要为自己做一张计划表，它不但可以让你清清楚楚地知道自己每天需要做什么，还可以方便你对自己的任务进程和完成情况进行追踪。我在复习GRE时曾经自己制作过周计划表，在这里我们可以利用类似的格式。当然了，每个人

都可以制作符合自己使用习惯的计划表，在这里我只是拿我个人计划表的排版举个例子（见下图）。

小乔重拾英语之雄起决心的计划表

2016年10月3日–2016年10月7日

日期 时间	周一 10/3	周二 10/4	周三 10/5	周四 10/6	周五 10/7	周六 10/8	周日 10/9
8:00–8:30（乘地铁）	背五个单词	背五个单词	背五个单词	背五个单词	背五个单词	周六的学习时间可以根据自己的生活随意调整；学习任务主要是将这一周自学过程中积累到的新单词/词组进行学习和巩固，并完成本周因突发事件而未完成的任务。	周日的学习时间可以根据自己的生活随意调整；学习任务主要包括口语的练习（去英语角、上在线口语课程等）。周日最重要的事是在完成本周目标后奖励自己！
17:00–17:30（乘地铁）	读一篇英文短文	读一篇英文短文	读一篇英文短文	读一篇英文短文	读一篇英文短文		
12:30–13:00（午休）	写一篇英文小日记	写一篇英文小日记	写一篇英文小日记	写一篇英文小日记	写一篇英文小日记		
20:30–21:30（睡前时间）	看/听一段有声英文材料	看/听一段有声英文材料	看/听一段有声英文材料	看/听一段有声英文材料	看/听一段有声英文材料		

需要格外注意的是：

（1）周一到周五的学习过程中，要随时用手记下遇到的生字生词，或学习到的新单词/词组。周六这一天的学习主要就是为了巩固这些平日里记录下的内容。

（2）列计划的时候一定要足够灵活，并给自己留有宽松的时间，以防平日里的突发事件打乱整体计划。以上计划表里，周六就专门用来弥补突发事件可能造成的未完成的任务。

（3）以上计划表里举的任务例子，纯属只是例子，你在制作自己的计划表时，可以根据自己的时间、基础和学习能力，进行相应调整。但核心原则很重要：千万不要给自己订过多的计划，以防自己由于无法完成任务、压力

过大而放弃。

（4）每张计划表里一定要有奖励自己的部分，这个奖励必须得非常靠谱！这样才能激励自己在本周的每一天认真完成学习任务！

无论你到底是为了什么原因想自学英语，在学习之前给自己制订一个类似的计划表绝对是最为重要的。凡事预则立，不预则废。有了一张类似这样的计划表后，每天学习时不但目标感十分清晰，完全不盲目，而且还可以减少时间浪费，提高学习效率。总之，列计划的能力一旦养成，一定会使你受用终生。

第二步：打好坚实的学习基础

无论你要学什么，打基础一定是学习过程中非常重要的一环。都说万丈高楼平地起，如果基础打好了，那么它对你日后的学习有百利而无一害。学习英语需要打的基础其实就一个，单词，这里主要包括单词的发音和词义。

众所周知，在没有一定单词量的前提下想要掌握一门语言的应用，是不可能的。只有有了足够的单词量，并可以正确地听辨和发音，日后才可能在听说读写方面有所进步。

首先，从发音说起。第一步，就是要学习

音标，方法有很多，但最基本的就是买一套英文音标的听力材料，从头学起。多听，多练，只有有了大量的语言输入，自己才有可能去学会如何最地道地发一个音。第二步，就是学习单词的发音，现在各种手机平台上有许多教单词发音的APP。不用过于纠结到底哪个APP才最好，只要它的发音是母语为英语的人录制的，那么就可以拿来一用。反复听反复练，这一步其实就是为日后的听力和口语能力打基础。

其次，就是词义的部分。这个真的毫无捷径，只能硬着头皮背单词。这里就要看你到底是为什么想自学英语：如果只是为了日常的对话，那么推荐你可以买一些比较实用的英语口语词汇书来背；如果是为了工作目的，那么推荐你买一些商务英语类的词汇书来背。具体背单词的方法，我在前文中详细地分享过。

第三步：通过大量的阅读来培养英文思维和语感

英文思维和语感是很多英语学习爱好者都渴望达到的一种境界，因为只有有了英文思维，你才能流畅地用这种语言来表达你的思想。如果你有了英文思维和语感，那么在自学英语的过程中就会觉得难度大大降低了，而且你的语言输出（口语和写作）也会显得特别地道，而不是刻板生硬。

根据我个人的经验，实现这一目标最为有效的方法之一，就是大量的阅读。这里的“大量”，真的指的是非常大量的阅读，而不是这里一段，那里一篇，这里几页，那里几页。我指的“大量”，是几本十几本，甚至几十本由母语是纯英语的人写成的书籍。

当然了，看到这里，肯定会有很多读者问：我是零基础，单词还不会几个呢，怎么可能读懂一本书？一个单词一个单词地让我查，这也太艰难了。有没有什么靠谱的方法？

我个人的解决方法有两个：第一，起初开始的时候，一定要买双语版本的读物，就是为了降低你查生词的工作量，而且正是因为有了汉语对照，你才能学会各种表达法的英文表述，这非常有助于你读懂书籍的内容。第二，在最开始的时候，一定要选择与自己英文能力相匹配的读物，不要一上来就是大部头，那肯定读不懂。比如我小时候一开始读英文读物的时候，妈妈给我买的是《书虫》系列读物，不但是中英双语，用词和句式结构都非常简单，因为它是写给小朋友看的。所以，我不但因此学会了很多单词，还因此热爱上了外国文学，更重要的是，我从大量阅读中培养了良好的英文思维和语感。

如果你细心的话，会发现在整本书里至今

我都没有提及过我学习语法的过程。说实话，我个人是不会英语语法的，我不知道具体什么是定语从句状语从句，但是由于我的语感非常好，从小到大做语法题几乎没有错过。这就是大量阅读带给我的好处。而且，大量的语言输入无论对写作还是口语，都是极其有帮助的。只要能坚持至少三个月，你一定会感觉到阅读对你语言能力提高的深刻影响。

第四步：语言只有得到使用，才是“活着的”语言

之前无论是背单词、练听力，还是大量的阅读，都是语言输入的一部分。语言输入的最终目的就是语言输出，也就是通过语言的形式把自己的思想表达给他人。只有把你积累过的语言加以使用，它对于你来说才是“活着的”。

语言输出主要分为两部分，写作和口语。在英语零基础的情况下，写作最好的开头就是尝试养成每日一句话日记的好习惯。比如，每天用一句话英文总结你今天的生活和心情，例：I'm very tired because I was so busy at work （我很累，因为今天工作非常忙），或I feel so happy because I went out with my boyfriend（我很开心，因为今天和男朋友出去玩儿了）。

在写作的过程中，一定会频繁地遇到自己

不会的表达法和单词。这个时候一定要随时查字典，好的表达法和单词可以随时记录随时背。当你认为一句话日记已经被你拿下，那么可以慢慢地扩展为两句话、三句话日记，将来可以变成一段话日记，早晚有一天你就会有能力写整篇文章了。

在英语零基础的情况下，提高口语的方法和写作相似。除了之前提到的要把音标和单词的发音学标准以外，也是可以一句一句来。比方说，可以从简单地自我介绍开始练起：My name is David.I'm 30 years old.I like watching movies and listening to music （我叫大卫，今年30岁，我喜欢看电影和听音乐）。口语的具体练习方法和书中前面提到的一样，只不过在练习内容上要更为基础一些。

语言学习是一项终生事业，只要是活着的一天，总会有更多的东西需要学习，因为有太多的东西依旧未知，有太多的东西正在被创造。正是因此，摆正自己的学习态度尤为重要，我们想要的是从根本上提高语言能力，而不是急功近利地去考某个考试。因此，英语学习是一个需要长期坚持的持久战。也正是因为这样，很多人在响亮地列完宏伟的计划后，一两周之内就放弃了，这是非常常见的事情。为了让自己不那么轻易放弃，就一定要在行动之前列好清晰可行的计划，并尽量挑选个人感兴

趣的学习材料，好让重复的工作显得不那么枯燥。

我以上分享的一些建议和想法，都是基于我个人的实际经历，可能并不适用于所有人。建议大家一定要根据自己的学习习惯进行相应地调整，找到一套最适合自己的学习方法。实际上，只要你找对方法，那么无论什么方法，都会在足够久的坚持后出成效。很多人其实都知道自己该做什么，但缺乏的就是付出行动的这个过程。再次强调，英语学习是一个漫长的过程，只有活在当下，关注自己当天该做的事，并耐心地积累，才会等到期盼已久的质的飞跃。

请相信，英语学习如破茧成蝶，过程有时非常痛苦，但终有一日你看到的美丽，会让一切痛苦都显得极其值得。加油！

第二节 关于坚持



写了这么久，似乎我总是翻来覆去地强调着同一个字眼：坚持。一谈起坚持这个话题，就觉得好困难，感觉那仿佛是一条没有灯光的黑漆漆的路，也不知道它有多长，也不知道它有多宽，甚至不知道它的前方到底有没有尽头。

举个例子，我们姑且把坚持这件无形的事比作背GRE单词吧。我知道GRE单词既多又难，但是我明白，这件事我必须把它完成掉，因为如果不这样的话，我将根本无法复习GRE的其他部分。所以，虽然心里完全没底儿，但我还是硬着头皮背了起来。胖咸鱼说，做事的时候只管做事，不要瞎想。于是，我不敢多想后面几天该怎么办，只是每天活在当下，当天只管把当天的任务做完。如果能完成，晚上睡觉的时候就会很满足很充实；如果没有完成，晚上就会觉得很内疚，第二天就会早点起来把前一天未完成的任务补上。等到第二天，继续活在当下，继续去完成第二天该完成的任务。就这

样，一天一天过去了，不知不觉地，我竟然“坚持”了下来！在这个过程中，我并没有花时间去想“看，我这是在坚持着呢，我到底能不能坚持下来”。

对，道理就是这样：你别想，你就去做！

有一句话说得很有意思：今天很残酷，明天更残酷，后天很美好，但是绝大多数人都“死”在了明天晚上，见不到后天的太阳。道理就是这样。如果细心观察，你就会发现，最成功的人，往往是那些坚持得最持久、走得最远的人。看看现在世界上各个领域的领军人物，他们共同的特点就是一直专注地做着同样一件事，无论遇到什么困难，无论遭到什么打击，他们只是专心地解决难题，并继续做下去。当人们不再像以前那么喜欢他们的时候，他们不会想到放弃，而只会想着如何在原来的基础上不断创新、超越自我、越做越好。

在坚持的过程中，如果因为遭受到失败而觉得没有奋斗的状态和动力，那么该怎么办呢？这个时候，你也许可以选择勇敢地走出去改变这种状态，而不是躲起来，或是对着空气发呆，或是空等着状态回来找你。踏实感、安全感和状态，都是通过自己努力工作、努力学习而获得的，而不是空想出来的。只有通过切实努力取得了成果之后，当把成果捧在手里的

时候，我们才会感觉到安全和踏实。这是一个微妙的因果关系，切不可将其倒置。

其实我觉得，如果一个人想做一件事，却觉得真的很没动力的话，那么只能说明他想做成那件事的欲望不够强，或是压力不够大，或是其实他内心深处还是可以承受得起那件事没有做成的后果的。试想，如果不完成今天的任务，或是不达到某个目标，他就会在午夜十二点钟声敲响的时候死去，那么，他还会觉得没动力吗？

我以前是一个稍微有点小成绩就容易沾沾自喜、得意忘形的人。出国之前，我因为自己通过多年的刻苦努力，攻克了很多英语难关而开心了很久。可是，正当我觉得自己很了不起的时候，却在美国受到了严重的打击：口语说不出口，听力听不懂，厚厚的专业书也不知道从何读起了。刚到美国的时候，有一两个月我非常消极，非常绝望，不明白我为什么下那么大辛苦来到这个让我觉得自卑的地方。我每天都在博客里记录自己的想法，试图通过写作的方式来抒发和宣泄自己的感受，从而找回以前那种奋斗的状态。但是，还是那个道理，如果我什么都没做，是不可能找回状态的。

我又想到马骏老师那个经典的句子：当你觉得痛苦、艰难、郁闷、悲伤、想拿刀子插自

己的时候，那么说明你正在走上坡路。每个上坡路的机会，虽说困难，但都是一次锻炼的机会。人不就是在不断的磨炼中成长起来的吗？过去的我原本是一个堕落之人，经过多次的失败和打击之后，才决定开始通过奋斗改变自己的命运，即便过程非常痛苦，但也一直坚持，唯一的原因就是不想再回到过去，不想在自己人生走到尽头、回首往事的时候留有任何遗憾。后来，我通过自我奋斗竟然实现了一个又一个小梦想。而现在，也正踏着这些小梦想，去承接未来更大的梦想。

所以，我觉得受到打击是好事，因为只有通过打击才能看清自己，才能知不足，才能不断进步。最重要的是，不管受到怎样的打击，无论经历怎样的失败，心中的梦想不能变，对理想的追求不能变，要坚持，坚持，再坚持。要相信，过去迈出的每一步，一定会在未来的某一个时刻，将你带至峰回路转的转角处，让你看到柳暗花明的美好景致。

第三节 关于独立



在美国的留学经历让我切身感受到，人总是会在人生中的某一个阶段，就不能再依靠父母、依靠他人了。人应该是独立的。虽然这个道理以前一直都懂，但从未这样切身体会过。在这一点上，我发现美国人做得比我们好。大多数美国人在自己十八岁，甚至是十六岁的时候，就搬离家中，自己依靠打工赚取学费和生活费。就算父母给一些钱，将来恐怕也是要一一还清的。美国孩子们在那个时候，就出去独自闯荡社会，刷盘子，卖衣服，做志愿者，接触很多行业，积攒很多阅历，懂得自己要什么，懂得自己喜欢什么，懂得自己能做什么。相比之下，有些国内的学生依然还是习惯于依靠父母，依靠他们在经济上资助我们，依靠他们在大事上为我们拿主意，有时候我们甚至觉得父母这样做是理所应当的，如果他们没有这样做，我们可能还会在心里生父母的气。

来了美国以后，我人生中第一次离家如此遥远。在美国的这两年，我和其他所有的留学生一样，开始了真正独立自主的生活。自己逛超市买菜、买米、买肉，自己决定每天要做什

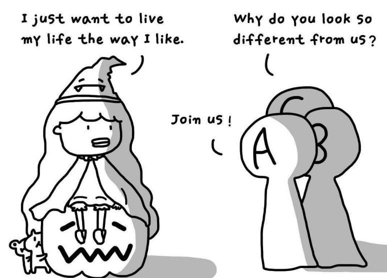
么饭吃。以前从未炒过一个完整的菜，但现在已经可以熟练地炒小炒、炖骨头、做蛋糕、煲甜汤。学会了怎么买汽车，怎么修汽车，超过速，犯过规，积累了在美国上法庭的小经验。学会了如何自己监督自己，自己鼓励自己，学会了如何将生活与学业兼顾在一起，学会了如何在发生紧急状况时不手忙脚乱，学会了如何在被人误解时不暴跳如雷，学会了在发生状况时依然跟妈妈在电话里说一句：一切都好，您放心。

生活独立很重要，但比它更重要的，是精神独立。现在的社会变得越来越浮躁，信息太多，选择太多，诱惑太多。很少有人愿意去独立思考，或是愿意用心去找寻一条真正属于自己的路。我们总会有一个想法，就是A同学有这个，我也要有；B同学去过那儿，我也要去；C同学做过那件事，我也要做。久而久之，我们不但没有完全变成ABC同学，还忘记了自己到底是谁。也许这样的做法没有错，只要不困扰到你，其实就没关系。但是，你有没有想过，你的人生到底是对自己负责？还是对ABC同学负责？

很多美国人都觉得自己生活得很幸福，问其原因，是因为他们做着自己喜欢的事。他们在做这样的决定时，大多数都是出于自身的兴趣爱好和意愿，很少会有随大流之类的举动。

于是，你会看到他们往往兼很多份工作，一份用来为自己提供收入，另几份便是晚上或周末的志愿者。他们有的在动物园当导游，有的在孤儿院当老师，有的在青少年夏令营当辅导员，有的甚至会放弃工作到非洲国家当义工。他们懂得如何将自己的人生过得有意义，过得独特，过得属于自己。他们也会羡慕别人，但他们不会盲目地将别人的生活与自己的做比较。他们很清楚：大千世界纵使精彩，我也依然要把自己的生活过出属于自己的精彩。

　　我们每个人都是一个独立的个体，有独立的喜好和能力特点，有独立的性格和思维方式，应该好好利用这些，发现自己的兴趣，挖掘自己的潜能，找寻一条适合自己、属于自己的人生之路。记得以前在书中读到一句话：我们最不应该做出的牺牲就是因为别人的评价而改变自我，因为那些对你指手画脚的人自己也不知道他们遵从的规则到底是什么。道理很简单：选择自己喜欢的，并坚持走下去，无论最后的结果怎样，当别人问及你为什么想做这件事的时候，你至少可以很开心地说“因为它适合我”或“因为我喜欢它”，而不是“因为现在大家都这么做，所以我也这么做”。



然而，根据从小到大在国内所受的教育，我们已经被教会了要朗读书本、抄写书本、背诵书本和相信书本。从小就以为，“书本上的”知识等于“正确的”知识。书本学习得越熟练，知识便掌握得越扎实。于是，我们便怀着无限的热情、毫无疑问地、毫无筛选地将这些知识装入了我们本来就不宽裕的大脑里。小学相信书本，初中相信书本，高中相信书本，等到自己已经成为成年人的时候，这种惯性式的非质疑式的思维已经融入进了自己的血液中。久而久之，便成了：书上写什么，我就信什么；媒体说什么，我就信什么；大众传什么，我就信什么。但人们却很少去考虑，这些东西到底是不是真的。久而久之，我们懒于去独立思考。久而久之，我们甚至失去了独立思考的能力。

并不是说别人的观点、看法和建议没有价值。别人的一切，都可以参考，但也仅是参考而已。为什么自己就不能综合别人的观点看法，经过自己大脑来分析处理，并最终得出自

己的结论呢？为什么会变得越来越浮躁？为什么总是浅尝辄止？为什么总是人云亦云？为什么总是模仿别人？为什么会轻信别人的话？为什么总是急于做判断？为什么不懂得创新思维？为什么从不花时间去了解你其实并不了解的东西？为什么连自己想要什么都没有想过？为什么不能对自己诚实？

如果缺乏独立思考的能力，那么只能去相信别人的观点，说别人说错的话，做别人做错的事，走别人走过的歪路，犯别人犯过的错误。如果你懒惰，那么只能少思考，随着大众，跟着前面那条看不到头的长队走下去，反正未来走到哪里，你似乎也未曾在乎过，因为如果你哪怕在乎一点的话，你就不会继续排在这个长队里了。如果你懒惰，那么只能不为自己的人生做任何打算，不需要打算的人生过着最舒服。但既然要选择舒服的生活，就请不要在别人端着自己成功的王冠慢慢欣赏时，你独自一人落寞在一边并暗自抱怨上帝的不公平。

懂得独立思考的人，早在你人云亦云的时候，自己亲自尝试，亲自经历，亲自判断，亲自摸索出一条适合自己的路。早在你因为别人说难便也觉得难而放弃的时候，那些懂得独立思考的人就已经收拾行装，顺着那条自己为自己挑选的路走下去了。有小成绩的时候，他会开心地告诉自己，方向是对的；遭遇挫折或失

败的时候，他会乐观地提醒自己，要纠正错误并继续前进。懂得独立思考的人，会通过成功总结经验，通过失败吸取教训。懂得独立思考的人，会悉心分析，并弄明白一个道理：其实那些说某条路很难走的人们，并没有把这条路走到底，只是在刚摔了一跤之后，便踉跄下场了。

所以，每个人都应该有独立的懂得思辨的头脑，去分析他人的观点和自己身边的一切。面对失败者的抱怨，你只该变谨慎，而不该变悲观。面对成功者的经验，你也只能参考，而不能照搬。那些话，就算是出自圣人之口，放在你身上也不一定管用，因为你不是圣人。因此，要学会独立思考，不要总是听信别人口中说的话。一切的一切，请经过自己大脑的思考过滤后，再去有选择地接受。

第四节 关于目标



人生需要目标，这点再清楚不过。没有目标就没有动力，没有目标就没有方向。心里有

了目标，做起事来才会觉得有干劲。但是现实情况中，大多数人往往不是很清楚自己的人生目标到底是什么，不知道自己喜欢什么，不知道自己能做什么。人们都只是对未来自己想要过怎样的生活有一个模糊的影像，但那个影像到底是什么样的，到底在哪里，到底如何才能达到，都是不明晰的。说实话，这其实是非常正常的事情。如果一切都已经明晰，那就不是人生了，而是那些看了开头就知道结尾的连续剧。趣味人生，趣味人生，人生之所以有趣味，正是因为它的未知以及无限的可能性。

那么，到底该如何找到这个若隐若现的人生目标呢？

我小时候有过很多目标，有平凡的，有疯狂的。起初我想当一名老师，因为我妈妈是一名非常出色的老师，很多学生都喜欢她，我便也想变得像她那样神气。可后来，我发现当老师并不太适合我，一是因为我是个急性子，有时很没耐心，二是因为我小时候学习很差，并不知道将来能教别人些什么，于是就放弃了。后来有一段时间，我疯狂地想当一名钢琴家，因为小时候很迷恋弹琴，还缠着妈妈爸爸给我买了架电子琴在家练。可是我小时候毅力很差，学了一段时间就放弃了，所以当钢琴家的梦想也就随之破灭了。现在就算给我一架琴，我恐怕连一首完整的曲子都弹不下来。

直到上了大学后，我开始认真地学习英语，学得稍微好了些，便去和学弟学妹们分享自己的学习心得。慢慢地，我发现当别人说我教他们的学习方法对他们帮助很大时，我就会觉得非常快乐，体会到了帮助别人的充实感觉。后来，我慢慢地形成了较有体系的学习方法，从不断的学与练中，不但在专业方面进步了很多，连心智方面也变得越来越强大。于是，当学弟学妹们再来找我时，我不但分享学习方法，还把自己的励志小故事讲给他们听，给他们加油打气。渐渐地，他们告诉我，比起我的学习方法，我自己的励志小故事竟然更给力，激励效用可以延续得更久。

再到后来研究生的时候，向我请教学习的人越来越多，我便讲更多的励志小故事给新的学弟学妹们听。大家听小故事的时候都非常起劲，便开始向我诉说他们自己的小故事，不但包括学习方面的事，连情感故事、人生经历、内心世界等都一起说给我听。我突然觉得听他人倾诉他们的故事并帮助他们解决这些烦恼，是一件十分有意义的事，听到他们说“你真的帮了我很多”或“你真的改变了我”的时候，我觉得自己比他们还要快乐。

后来我便开始想，原来帮助人是一件这么令人愉快和满足的事情，原来我的兴趣就是帮助人，帮助他们认识自己，帮助他们变得快

乐，帮助他们离梦想更近一步。我开始上网搜索，企图找到世界上是否有这样一种帮助人的职业，后来终于找到了关于心理咨询师的介绍。找到这个信息的那一天，我乐坏了，我真切地感觉自己找到了真心喜欢做的事情！于是，下定很大决心之后，我把成为一名心理咨询师定为了自己的职业目标。虽然我并不确定它是否会是我一辈子的目标，但至少短期之内它给了我很大的动力。于是，我下定决心要去美国读全美国最好的社工专业。后来，幸运的我不但真的申请到了圣路易斯华盛顿大学的社工专业，还通过两年的努力顺利毕了业。我仿佛离我的目标又近了一步。

所以，我觉得目标不是每天坐在家里空想就可以想出来的。设定合适目标的前提是，你对自己要有足够的了解。对自己的了解，基于你的个人经历。既然要找寻目标，你就要去读书，去感受，要走出去，去经历。比如，你似乎感觉自己对艺术很有兴趣，觉得当一名画家很浪漫，那你就要去到有画家的地方感受，去请教真正的画家，问问他们干这一行到底是什么样的，问问他们做这一行是不是真的像你想的那样浪漫。又或者，你觉得你对新闻有非常敏锐的感觉，梦想当一名记者，那么你就应该去到报社、杂志社、电视台等有记者的地方，结识真正的记者，询问他们干这一行是怎样的

情况，有多辛苦，需要具备什么素质，平时工作的一天是怎样的。当你有空的时候，甚至可以去到那里做志愿者，和他们融在一起，真正通过实践来体会那样的感觉。只有通过实践，你才能明白这一行是否适合你，是否应该被列为自己的目标。

毛主席说：你想知道梨子的滋味吗？那你要亲自尝一尝。找寻目标也是如此。当你不知道自己喜欢什么的时候，就去大胆地尝试。青春不怕失败，跌倒了拍拍土再爬起来。总有一天，你会找到真正适合自己的事情。其实，失败不可怕，堕落不可怕，萎靡不可怕，脆弱不可怕，懒惰不可怕，迷失不可怕，只要自己打心眼里愿意重新拾起丢失的梦想，重新树立人生的目标，并为之切实地努力着就可以。最可怕的是，你已经失去了那颗敢于追求梦想的心。

过去几年里，我越来越深刻地体会到一个道理，它听上去有些俗套，但却是一个大真理：心有多大，舞台就有多大。不论顺境还是逆境，我们都应该永远踏实地认真地做每件事，清醒地勇敢地过生活，坚强地本真地做自己，并虔诚地怀揣着每个美好的愿望。总之，一句话，永远别忘记自己的人生目标，踏实做事，老实做人，其他一切都不重要。

以上便是来美两年的所感所想，以及对过去26年的回忆和总结。为了以上所有的回忆，我感谢过去26年的生命，并怀着最虔诚的心憧憬未来的第二个26年，第三个26年，甚至是第四个26年……只要我的健康允许，我将以同样的热情过着每一个26年。虽然年龄不断增大，但很幸运的是，我依然有着一颗童心，一颗健康新鲜的心，懂得感恩，懂得快乐，懂得祝福，懂得生活，懂得辛勤的劳动，懂得有质量的休息，懂得嫉恶如仇，懂得万事的两面性，懂得自己的目标以及自己的能力，懂得友谊，懂得计划，懂得执行计划，懂得梦想，懂得实现梦想，懂得取长补短，懂得不攀比，懂得健康的有野心，懂得知足常乐，懂得万事都需要时间以及一个过程，懂得事物发展的规律……

但即便如此，我也依然清晰地知道自己的无知，无知于历史，无知于文学，无知于语言，无知于社会，无知于自己，无知于人事，无知于精神疾病，无知于死亡……未来的N个26年，还有好多事情要做，还有好多梦想等着我去奋斗。奋斗之路，没有终点，就好比学英语的道路一样，有开端，没有结尾。因此，人生的主旋律是：生命不息，奋斗不止。向我爱及爱我的人，道感谢。向未来，道早安。

后记 在路上

老公总是问我，到底是什么力量支撑着那么多饱含热情的中国学子来到美国求学。我想，应该是梦想的力量吧。梦想，就是这样一个看不见摸不着的东西。她站在不远的地方冲我们微笑招手，当我们胆怯时，总是可以隐约感觉到她在慢慢释放光芒，让我们变温暖，变坚强。梦想，不但支撑着我克服掉过去生活中种种的困境和逆境，更是支撑着我一路走来，实现了我怀揣已久的留学梦。每每回想起过去经历的一切，心里总是感慨万千。

漫画家夏达说，所谓的成功就是从起点到终点的一段路程，很多梦想成功的人都很努力地走在这条路上，但却因为毅力不强、耐力不足而先后放弃了，最终也许只有百分之一的人能够到达这个终点。人们总是习惯把这些到达终点的人称为“成功者”，但其实只是他们走的时间更长而已。而这所谓的终点对于这些成功者来说，又将是一个全新的起点。

此书写毕之时，我已从圣路易斯华盛顿大学顺利毕业。当我抵达这个终点的时候，它同时也为我开启了另外一段未知的人生旅程。从学校转向社会，未来还有无尽的路等着我去探索，还有无尽的困难等着我去征服。但是，即便如此，我心中的梦想也依然会像往常那样点亮我的心，让我有足够的勇气、信心、意志力和决断力，来明辨是非，并跨越未来的每一道障碍。即便未来的一切都是未知的，我仍会梦想最好的情况，并订下最踏实的计划，把自己给自己的每个承诺都付诸实践。我会虔诚地遵循最简单的道理，并踏实地走着脚下的每一步路。我希望自己可以像夏达那样，将简单的事做持久，并一直“在路上”……

再版后记 约定

重读此书，感慨万千，无数往日回忆像老电影一样一帧一帧地浮现在脑海。其实对于我来说，虽然书中提到的记忆字字属实，但由于那都是发生在近十年前的事，所以现在回忆起来反而会感觉有些模糊。我有时甚至会不由自主地想：原来我当时那么拼命啊，怪不得有些读者会用“书呆子”或“考试机器”之类的词语来形容我。现在看来，学生时期的我好像每天的确都在围着考试转，生活枯燥乏味得很，在一个如此强调张扬个性充实生活的时代，我的大学生活似乎错过了些什么……

我是否真的觉得我在学生时代错过了些什么？没有。

我是否曾经后悔把大学生活过得如此乏味无聊？没有。

如果再给我重来一次的机会，我是否还会选择如此的过法？我相信是的。

原因很简单，因为我一直都清楚我在人生的每个阶段里分别需要实现什么目标。大学期间，我的目标就是要走出去，为了能实现这个目标，我只能通过考试晋级的方式去到一个更好的平台。研究生期间，我的目标就是要出国，于是我便全心全意地去应对这其中的每一个大大小小的环节。

可是，把生活活得如此有目标感，难道不累吗？为什么就不能好好地享受人生，随遇而安？对于我个人来说，我真的觉得人生的每个阶段好像都有不同的意义。我总是固执地认为，人在年轻的时候就应该去为梦想拼搏，要敢于设定惊吓值足够高的目标，并去为之一搏，这样才有资格和资本在该享受人生的年龄去享受人生，而不是去悔恨当初。

此书最初出版之时，我已经开始了我在美国的第一份工作，那是一份非常辛苦的要开车去到客户家里为其进行心理咨询的工

作。我不记得我每天花了多少个小时在路上，有时连午饭和晚饭都要在车里吃。辛苦自然是辛苦，但正是凭借这份宝贵的工作，我在两年半内便积攒够了考取高级临床执照所需的3000个工作小时数，并成功地考取了高级临床执照。

此书写毕的两年后，我撰写并出版了我的第二本书《考拉小巫的留学成长日记——写给在人生路上不曾停步的人》，详细记述了我在留学、求职和职场中的这段人生旅程。

此书出版了五年后的今天，我在美国的一家非营利性机构做临床心理咨询师，为患有各种精神疾病和心理问题的人们提供心理咨询服务，专攻情感创伤的评估和治疗。我非常热爱我所做的工作，同时也依然怀着开设个人心理咨询室的梦想，我可以清晰地感觉到我每天的付出和积累都使我离这个职业梦想更近一步。

在个人生活方面，我和老公凭借我们自己的积累和努力，终于独立地买到了属于我们俩的第一个家，还在去年喜获了我们可爱的小宝宝小乔。她是一个健康伶俐的小宝宝，她的降临使我终于切身体会到了为人母的幸福与快乐，并真正明了了“女子本弱，为母则刚”这八个字的意义。

现在的我，有一份自己十分热爱的事业，一个无比幸福的家庭，以及三两个知己好友。我想，我现在拥有的一切，就是我想要的人生。能够拥有这一切，我实在是再幸运不过了，可同时我又清楚地知道我到底付出了多少辛苦才换来了今天拥有的一切。我有太多太多的感言和个中的小故事，想在我的下一本书中和你们分享，关于亲情，关于友情，关于爱情，关于成长，关于人生，关于理想……

现在回想起来才发觉，正是过去那些看似枯燥乏味的日子，才为我带来了现在多姿多彩的生活和选择的自由。我的未来又会如何，现在谁也无法预见。闭上眼睛想象一下未来的样子，我还有好多事想去做，好多梦想想去实现，好多人生体验想偕同老公带着我们的女儿一起完成，我唯有继续脚踏实地地做人做事，继续爱我所爱，继续坚持我的梦想。我渴望三年、五年甚至十年之后，再来看看今天写下的这段文字，相信肯定又会有另外一番感慨。

我就把这个当作与自己的一个约定吧。还是那句话：对于未来，我只梦想最好的情况，并订下最踏实的计划，而绝不花时间在无谓的担心上，因为我知道，只要把我对自己的承诺付诸实

践，我的未来将不会只是一个梦。

与你共勉。

附录 英语学习资料及资源推荐

1.听力方面：

• 《英语听力入门》（Step by Step），华东师范大学出版社，张民伦

• 《英语初级听力》（Listen to This 1），外语教学与研究出版社，何其莘

• 《英语中级听力》（Listen to This 2），外语教学与研究出版社，何其莘

• 《英语高级听力》（Listen to This 3），外语教学与研究出版社，何其莘

•美国之音VOA：www.voanews.com

•英国广播公司BBC：www.bbc.co.uk

•美国国家公共电台NPR：www.npr.org

2.阅读方面：

• 《书虫》，外语教学与研究出版社

- 《新概念英语》，外语教学与研究出版社
- 《纽约时报》（The New York Times）：www.nytimes.com
- 《新闻周刊》（Newsweek）：www.newsweek.com
- 《经济学家》（The Economist）：www.economist.com
- 美国有线电视新闻网CNN：www.cnn.com

3.口语方面：

《美国英语语音语调速成》，西安交通大学出版社

4.翻译方面：

- 《英汉翻译简明教程》，外语教学与研究出版社，庄绎传
- 《中式英语之鉴》，外语教学与研究出版社，平卡姆
- 《英语文摘》（English Digest），英语沙龙杂志社
- 爱思英语网“双语人文专栏”：www.24en.com/column

5.新托福考试（TOEFL iBT）：

- 《ETS新托福考试官方指南》，北京语言大学出版社，美国教育考试服务中心
- 《新托福考试备考策略与模拟试题》（Delta），群言出版社

- 《新托福考试综合教程》（Longman），群言出版社
- 《新托福考试全真模考题与精解》（巴朗），群言出版社

6.GRE：

- 单词：

  《GRE词汇精选》（红宝书），群言出版社，俞敏洪

  《GRE词汇逆序记忆小词典》，群言出版社，俞敏洪

  《17天搞定GRE单词》，西安交通大学出版社，杨鹏

  《GRE词汇突破》（蓝宝书），外语教学与研究出版社，萧愚

- 类反：《GRE类比/反义词》，西安交通大学出版社，宋昊
- 填空：《GRE句子填空》，西安交通大学出版社，陈圣元
- 阅读：

  《GRE阅读39＋3全攻略》，清华大学出版社，魏宇燕

  《GRE&GMAT阅读难句教程》，世界图书出版公司，杨鹏

  《GRE阅读剖析及全真题解读》，世界知识出版社，杨继

- 数学：《GRE数学高分快速突破》，西安交通大学出版社，陈向东
- 写作：

《GRE官方题库范文精讲》，西安交通大学出版社，斯图尔特

《GRE写作》，西安交通大学出版社，孙远

《GRE作文大讲堂——方法、素材、题目剖析》，群言出版社，韦晓亮

7.网络学习资源：

•寄托天下：www.gter.net

•太傻网：www.taisha.org

•ChaseDream论坛：forum.chasedream.com

•爱思英语网：www.24en.com

•普特英语听力：www.putclub.com

•沪江英语：www.hjenglish.com

8.看电影学英语：

•太傻网：www.taisha.org/test/teleplay

•可可英语：www.kekenet.com/video

•爱酷英语：www.icoolen.com/film

9.在线字典类资源：

•字典：www.thefreedictionary.com

•字典兼百科全书：www.merriam-webster.com

•俚语口语词典：www.urbandictionary.com

•缩写词词典：www.acronymfinder.com

•多功能词典：www.onelook.com

10.考拉小巫：

•新浪博客：考拉小巫居：http://blog.sina.com.cn/loveandpeacejoy

•新浪微博：@考拉小巫：http://weibo.com/loveandpeacejoy

•微信公众号：考拉小巫（kaolaxiaowu_joy）

•豆瓣主页：考拉小巫：https://www.douban.com/people/kaolaxiaowu/

•个人网站：http://kaolaxiaowu.com/